**هەڵبژاردن لەگەڵ بژاردەی خواردنی حەڵاڵ بۆ مینیوی وەرگێڕدراو**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **هەفتەی یەکەم ٢٠٢٥**  **٣ی تشرینی دووەم ٢٤ی تشرینی دووەم ١٥ی کانوونی یەکەم ١٩ی کانوونی دووەم ٩ی شوبات ٩ی ئازار** | | | | |
| **هەینی** | **پێنج شەممە** | **چوارشەممە** | **سێ شەممە** | **دووشەممە** |
| کێکی گەورەی ماسی بە تام  پەنیر و پیازی پیشاو | مریشک کۆرما/ مریشکی تکە  سەوازەوات - ڤێجی بایتس - بە سۆسەوە | سۆسج - باسترمە  سۆسجی – باسترمەی- مریشک  کوۆرن فیلێت- پارچە سنگی مریشک | گۆشتی مانگا قیمە کراو  لەگەڵ وێجەکانی فڕن کوڵاو  پەنیری ماکارۆنی | پیتزای پەنیر و تەماتە  فینگەری سەوزەهات |
| پەتاتەی وردکراو  سەوزەواتی قاشکراو  صاصی تەماتە- کەچ ئەپ  نانی ٥٠/٥٠ پارچە پارچەکراو | برنج  سەوزەواتی ناوخۆیی  نانی تیری | پەتاتەی کوڵاوی کوتراو  گڕەیڤی - سۆس  گێزەر  کەلەرم  50/50 نانی دەستکردی ماڵەوە | برۆکلی  گەنمەشامی  50/50 نانی دەستکردی ماڵەوە | دەموچاوی زەردەخەناوی  فاسۆلیای کوڵاو  پاقلەمەنی - پۆلکە  نانی فەرەنسی |
| کێكی ئیسفەنجی ماندارین و سۆسی شوکولاتە | شیلک- تووت فەرەهەنگی- موس سرۆبێری | کوکی سکۆتی بە کەرە دورستکراو  ماست | میوە و جەلی و کرێم | ماستی قاوەیی |

بژاردەی گۆشتی حەڵاڵ، نان و میوەی تازە ڕۆژانە بەردەستە

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **هەفتەی دووەم پاییز/زستان ٢٠٢٥**  **١٠ی تشرینی دووەم ١ی کانوونی یەکەم ٥ی کانوونی دووەم، ٢٦ی کانوونی دووەم، ٢٣ی شوبات، ١٦ی ئازار** | | | | |
| **هەینی** | **پێنج شەممە** | **چوارشەممە** | **سێ شەممە** | **دووشەممە** |
| پەنجە ماسی – ماسی بچووک- یان ئەستێرەی ماسی لەگەڵ پەتاتەی چپس کە بە ئەستوری قاشکراوە لەگەڵیدا دانراوە (وێجس) | نانی بەیانی هەموو ڕۆژێک  نانی بەیانی ڕووەکی بە درێژایی ڕۆژ | مریشکی برژاو و بە سۆسی یۆرکشایر  پارچە سینگ- کوۆرن فیلێت و یۆرکشایر پودینگ | سپاگێتی بۆلۆنیز- سپاگێتی بە قیمەوە  مەعکەرۆنی – پاستای - فڕن بە سۆسی کوۆرن | پەنیر کاترین ویل  لەگەڵ برنجی بۆندار  شکلەمەی شوان - پای شوانکارە |
| پاقلەمەنی- پۆلکە  کۆلسلاو  صاصی تەماتە- تەماتە کەچاپ  50/50 نانی پارچە پارچەکراو | ئۆمێلێت- هێلکە وتەماتەی تێکەڵ  هاش براونز  فاسۆلیای کوڵاو  50/50 نانی پارچە پارچەکراو | پەتاتەی کوڵاوی کوتراو  گڕەیڤی - سۆس  گێزەر  کەلەرم  50/50 نانی دەستکردی ماڵەوە | سەوزەی قاشکراو  نانی سیری | پاقلەمەنی - پۆلکە  گەنمەشامی  نانی فەرەنسی |
| کێکی ئیسفەنجی لیمۆ و کاستەر | بسکیتی شۆرتبرێد – بچووک بچوک - لەگەڵ میلک شەیک | کێکی بچوکی هەڵهاتووی سێو  ماست | کوکی برژاو - کراکڵ  ماست | ڕۆڵی ئایس کرێم لەگەڵ قۆخدا |

بژاردەی گۆشتی حەڵاڵ، نان و میوەی تازە ڕۆژانە بەردەستە

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **هەفتەی سێیەم پاییز/ زستان ٢٠٢٥**  **١٧ی تشرینی دووەم ٨ی کانوونی یەکەم ١٢ی کانوونی دووەم ٢ی شوبات ٢ی ئازار ٢٣ی ئازار**. | | | | |
| **هەینی** | **پێنج شەممە** | **چوارشەممە** | **سێ شەممە** | **دووشەممە** |
| هاری ڕامسدێنز ماسی بەکەرە  ڤیگن ڕۆڵ- بابۆڵەی سەوزەواتی | بەرگر بە گۆشتی مانگا لەناو سەموندا  بەرگری فەلافل لەناو سەموندا | ستیکی- پارچە گۆشتی نەرم - گۆشتی بەراز  مریشکی برژاو  پارچە سنگی برژاو- کوۆرن فیلێت | پاستای مریشک و سەوزە لەگەڵ پەتاتەی کوڵاو و گڕاڤی  کاری سەوزەواتی و برنج | مەعکەرۆنی پەنیر و تەماتە لەگەڵ نانی سیراوی ، پیتزای قاش قاش لەگەڵ پەتاتەی کوڵاوی قاش قاش لە فڕندا |
| پەتاتەی وردکراو  نۆکی سەوزی کوتراو  گێزەر  صاصی تەماتە- تەماتە کەچاپ  50/50 نانێ پارچە پارچەکراو | پارچە پەتاتەی بە فڕن کوڵاو- وێجس-  سپاگێتی هوپس  پاقلەمەنی - پۆلکە | گڕەیڤی - سۆس  پەتاتەی برژاو  کەلەرم  گێزەر  50/50 نانی دەستکردی ماڵەوە | برۆکلی  گەنمەشامی  50/50 نانی دورستکراو لە ماڵەوە | ژەمێکی باشی سەوزەهات |
| شوکولاتەی برژاو و کاستەر | کێکی ئیسفەنجی ئەناناس و کاستەر | جەلی و میوە و کرێم | پارچە شوکولاتە | مەفین – کێک- سێوی بە قاوە  ماست |

بژاردەی گۆشتی حەڵاڵ، نان و میوەی تازە ڕۆژانە بەردەستە

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **پاییز/زستان 2025-26 سەرەتایی – بژاردەی پەتاتەی کووڵاو /ساندویچ- لەفە- ئەگەر پێشکەش بکرێت.**  **هەفتەی یەکەم**  **w/c** | | | | |
| **هەینی** | **پێنج شەممە** | **چوارشەممە** | **سێ شەممە** | **دووشەممە** |
| پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ فاصۆلیایی کوڵاو  و قاپێ زەڵاتە | ساندویچی پەنیر  قاپێ زەڵاتە | ساندویچ  قاپێ زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ توونە و قاپی زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ پەنیر  و قاپێ زەڵاتە |
| **هەفتەی دووەم**  **w/c** | | | | |
| پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ پەنیر  و فاسۆلیایی کوڵاو و  قاپێ زەڵاتە | ساندویچ  قاپێ زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ توونە و قاپی زەڵاتە | ساندویچی پەنیر  قاپی زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ پەنیر  و فاسۆلیایی کوڵاو و  قاپێ زەڵاتە |
| **هەفتەی سێیەم**  **w/c** | | | | |
| پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ پەنیر  و فاسۆلیایی کوڵاو و  قاپێ زەڵاتە | ساندویچ  قاپێ زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ پەنیر- قاپێ زەڵاتە | ساندویچ- لەفە- هێلکە  قاپێ زەڵاتە | پەتاتەی کوڵای توێکڵدار- چاکەت پەتاتە لەگەڵ توونە و قاپی زەڵاتە |