



## Classroom Menu 21<sup>st</sup> – 25<sup>th</sup> May 2023

	SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY
--	--------	--------	---------	-----------	----------

### BREAKFAST

<b>DAIRY</b>	Milk	Laban	Laban	Milk	Laban
<b>FRUIT</b>	Apple	Watermelon	Banana	Orange Wedges	Watermelon
<b>VEGETABLE</b>	Carrot & Broccoli	Cucumber Sticks	Carrot Slice	Cucumber Corn	Carrot Crudités
<b>MAIN</b>	Omelet Labneh Sandwich	Cheese Manakesh	Beef Fajita Sandwich	Hummus & Arabic Brown Bread	Sliced Pizza

### LUNCH

<b>DAIRY</b>	Low Fat Yoghurt	Laban	Low Fat Yoghurt	Laban	Low Fat Yoghurt
<b>FRUIT</b>	Orange Wedges	Apple	Watermelon	Pears	Orange Wedges
<b>VEGETABLE</b>	Cucumber Stick	Carrot & Broccoli	Cucumber Slice	Carrot Grated	Tomato – Lettuce
<b>MAIN</b>	Spaghetti Bolognese	Baked Chicken Finger & Roasted Potato	Dawood Basha & Steamed Rice	Chicken Machboos - Tomato Salsa	Beef Burger- Homemade Ketchup

## برنامج الوجبات الغذائية لمدارس مؤسسة قطر Qatar Foundation School Meals Program

هناك أكثر من 5000 طالب يستمتعون بتناول وجباتنا المدرسية كل يوم. فوجباتنا تستجيب للمبادئ التوجيهية للمقاصف المدرسية، التي تندرج ضمن الدلائل الإرشادية للتغذية في قطر، والتي تراعي، طبقاً للسِّن، الضوابط المناسبة لاستهلاك السعرات الحرارية، والسكر المكرر، والموديوم، والدهون غير الصحية.

وتضمن هذه المبادئ التوجيهية بقاء طلابنا في صحة جيدة، ومنتعنين بالقوة والتركيز في المدرسة.

More than 5,000 students enjoy healthy school meals every day. Our meals meet School Canteen Guidelines, which are based on the Qatar Dietary Guidelines. These include age-appropriate limits on calories, refined sugar, sodium, and unhealthy fats.

These guidelines ensure that our students remain healthy, strong, and focused at school.

