

# عينة من قائمة الطعام الأسبوعية

يُرجى ملاحظة أنّ شركة MANNA تصدر قائمة طعام كل ثلاثة أسابيع



تقديم التغذية.  
تحسين الصحة.

اليوم السابع	اليوم السادس	اليوم الخامس	اليوم الرابع	اليوم الثالث	اليوم الثاني	اليوم الأول
باتيك بدقيق الحبوب الكاملة لحم الديك الرومي المقدّد صلصة التفاح	بيض أوملت على الطريقة الغربية بطاطس مقلية سلطة فواكه	حبوب تشيريوس مع نسبة 2% من الحليب كوب من الفواكه	أصابع الخبز الفرنسي المحمص نقانق نباتية فاكهة	سندويتش البيض والجبن على مافن إنجليزي نقانق لحم الديك الرومي صلصة التفاح	وجبة الحبوب الساخنة مع التفاح بالقرفة شرائح البطاطس كوب من الفواكه	فطور بوريتو على لفافة من القمح الكامل شرائح البطاطس التفاح بالتوابل
سندويتش الدجاج المشوي سلطة الباستا تفاح	بطاطس حلوة وحساء السلطعون على الطريقة الفرنسية لفافة كوب من الفواكه	سندويتش تيمبي سلوبي جوز سلطة الباستا كمثرى	حساء شاورر الذرة لفافة برتقال	لحم الديك الرومي والفاصوليا بالفلفل الحار لفافة كوب من الفواكه	معكرونة باللحم البقري والجبن فاصوليا خضراء تفاح	حساء الفطر بالشعير لفافة برتقال
رغيف بلحم الديك الرومي مع مرق اللحم بطاطس مهروسة سبانخ	دجاج مقلي في الفرن بطاطس حلوة مخفوقة كرنب أخضر	لحم الخنزير بالصلصة الحلوة والحامضة أرزّ برّي بروكلي	سمك مسطّح محشو مع صلصة الكرنكند أرزّ أبيض مزيج من خضروات كاليفورنيا	بيّنّي وكرات اللحم فاصوليا خضراء	الدجاج والدامبلينغ جزر صغير بازلاء مُقلّاة	فلفل محشو بالخضروات لفافة العشاء كوسى مقلاة
فطيرة التفاح	فطيرة الخوخ	كعكة الجزر	فطيرة التفاح	فطيرة الخوخ	كعكة الجزر	فطيرة التفاح

الفطور

الغداء

العشاء

الحلوى

