

በየቀኑ የሚቀርቡ የቁርስ አይነቶች

ካሎሪ	CAL	ካርቦሃይድሬትስ	CARB	ካሎሪ	CAL	ካርቦሃይድሬትስ	CARB	ካሎሪ	CAL	ካርቦሃይድሬትስ	CARB	ካሎሪ	CAL	ካርቦሃይድሬትስ	CARB
የቤልጅያን ዋፍል	360	65	ሚኒ ፓንኬክ በ/ሲረፕ	330	66	እንቁላል & ቺዝ እንግሊሽ መፍን	200	24	ተርኪ ሃም & ቺዝ የቁርስ ሳንዲች	270	30	ሜሪላንድ የተሠራ ቀረፋ ሙልሙል ^{፲፫}	232	38	
አፕል ጭማቂ	60	16	ብርቱካን ጭማቂ	60	13	አፕል ጭማቂ	60	16	ብርቱካን ጭማቂ	60	13	ቺዝ ስቲክ አፕል ጭማቂ	60	16	

ምሳ

ሰኞ	ማክሰኞ	ረቡዕ	ሐሙስ	ዓርብ					
01/02	01/03	01/04	01/05	01/06					
የበዓል ቀን	ሃምበርገር በዳቦ~ ከ/ ጥምዝ የተቆረጠ ድንች ጋር	404 43	ችክን ሆግ ባይት ከ/አተር እሸት & ሙልሙል	314 33	ደቃቅ-ክረንቺ ሥጋ ታኮ ከ/ በቆሎ እና ጭልፋ ጋር	296 46	ፒዛ፣ ቺዝ የተደባለቀ ሳላድ በ/ራንች	320/330 20/55 4/3	
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13					
ዶሮ ሆግ ድረምስቲክ ከ/ ቀይ ሮዝማሪ ድንች & ሙልሙል	370 39	ቴሪያኪ ሚትቦልስ ከ/ አትክልት ፍዝ & ሙልሙል ትናንሽ ቲማቲም በ/ራንች	421 63	ቺዝ ክሪንቸር በ/ማሪናራ ሶስ ጋር	487 55	ችክን ሶፍት ታኮስ & ቅመም ያለው ድንች ከ/ትንንሽ ጥፍጥፍ ዳቦ ጋር	278 32	ፒዛ፣ ቺዝ የተደባለቀ ሳላድ በ/ራንች	320/330 20/55 4/3
01/16	01/17	01/18	01/19	01/20					
የበዓል ቀን	ሃምበርገር ሙልሙል~ከ/ ድንች ጥብስ ጋር	415 45	ስፓጌቲ & ሚትቦልስ~& ሙልሙል	432 58	ችክን ናጌጽ በ/ቺዚ ስፒናች እና ሙልሙል የተደባለቀ ሳላድ በ/ራንች	481 40	ፒዛ፣ ቺዝ የተደባለቀ ሳላድ በ/ራንች	320/330 20/55 4/3	
01/23	01/24	01/25	01/26	01/27					
ሚኒ ቺዝ ካልጠንስ ከ/ ማሪናራ ካፕ	369 44	ችክን ናጌትስ ከ/ አተር እሸት & ሙልሙል	355 46	ተርኪ & ግሬቪ ከ/ የተለነቀጠ ድንች & የታጨቀ & ዲነር ሙልሙል	402 48	ፒዛ፣ ቺዝ የተለያየ ትኩስ አትክልት ከ/ራንች ጋር	320/330 14/55 3/3	ት/ቤት አይኖርም	
01/30	01/31	ፌብሩወሪ 1	02/02	02/03					
ሀምበርገር~ በክብ ዳቦ / ጥምዝ የተከተፈ ድንች	404 43	ሮቲኒ ፓስታ & የሰጋ ሶስ~ ከ/ ባቁላ እሸት & ሙልሙል	438 47	ችክን ባይጽ ከ/ራንቸር ባቁላ & ሙልሙል	478 29	ደቃቅ ሥጋ ታኮ ከ/ በቆሎ፣ አተር እሸት & የሚጨለፍ	264 38	ፒዛ፣ ቺዝ የተደባለቀ ሳላድ በ/ራንች	320/330 20/55 4/3

በእያንዳንዱ ምግብ ላይ የተለያዩ ፍራፍሬዎች እና ወተት ይገኛል። ፍራፍሬ ቅይጥ፡ ካሎሪስ 20-127፣ ካርቦሃይድሬትስ 7-33 ወተት፡ ካሎሪስ 90-120፣ ካርቦሃይድሬትስ 12-20

የምግብ ዝርዝር መግለጫ፡- ካሎ = ካሎሪስ ካርብ = ካርቦሃይድሬትስ ~ቢፍ/የከብት ስጋ *አሳማ +የዶር ተዋጾ ሂአትክልት ተመጋቢ

ይህ ተቋም በእኩልነት የሚያገለግል ድርጅት ነው። የምንትጎመሪ ካውንቲ ፕብሊክ ስኩልስ የምግብና አልሚ ምግብ አገልግሎት ዲቪዥን

