



# JANUARY | 2025

## Shule za Mitaa za Hamilton 9-12

Swahili

Habari

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

30	31	1	2	3
6 LA SHULE	7 Nuggets ya Kuku Roll ya Moto Maharagwe ya Baked Vibandiko vya Celery Matunda (2) Maziwa	8 Macaroni & Cheese Pretzel laini Maharagwe ya kijani Cauliflower Bites Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	9 Ham & Calzone ya Cheese Tater Tots Vipande vya matango Matunda (2) Chili Cheese Chips Maziwa	10 Mikes Cheese Bites Marinara Sauce Saladi ya Kutupwa Nyanya ndogo Matunda (2) MAZIWA
13 Pizza ya kibinafsi Steamed Broccoli Nyanya ndogo Matunda (2) Chips ya jua Maziwa	14 Zabuni ya Kuku Mchele wa Mvuke Vibandiko vya Celery Matunda (2) Kombe la Kuku Maziwa	15 Vibandiko vya Bosco Marinara Sauce Mahindi ya Mvuke Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	16 Cheeseburger Fries ya Kifaransa Lettuce & Nyanya Pickles Matunda (2) Maziwa	17 Saladi ya Taco Tortilla Chips Maharagwe ya kukaanga / Cheese Matunda (2) Maziwa
20 LA SHULE	21 Kuku wa Popcorn Mkate wa Mahindi Mahindi ya Mvuke Vibandiko vya Celery Matunda (2) Maziwa	22 Mbwa wa Coney / Moto Maharagwe ya Baked Karoti ya mtoto Matunda (2) Chips ya Mahindi Maziwa	23 Sandwich ya Kuku Lettuce & Tomato Mboga zilizochanganywa Matunda (2) Maziwa	24 Rotini Toast ya vitunguu Saladi ya Romaine & Spinach Nyanya ndogo Matunda (2) Maziwa
27 Pizza ya mkate wa Kifaransa Karoti zilizopikwa Vipande vya tango Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	28 Omelet Toast ya Kifaransa Tater Tots Peppers ya kijani Matunda (2) Maziwa	29 BBQ Beef Rib Sandwich Maharagwe ya kijani Sheria ya Coleslaw Matunda (2) Maziwa	30 Cheeseburger Steamed Broccoli Pickles Matunda (2) Chips ya jua Maziwa	31 Quesadilla Maharagwe ya kukaanga Mahindi ya Mvuke Matunda (2) Maziwa

**Kiamsha kinywa na  
chakula cha mchana  
Kutolewa kila siku bila  
gharama**

**Chakula kamili  
kinajumuisha vyakula  
vitano**

**Vijenzi  
Nafaka (sehemu ya  
Entrée)**

**Protini (sehemu ya  
Entrée)**

**Mboga, Matunda na  
Maziwa**

**Wanafunzi watakiwa  
kula vyakula vitatu kati  
ya vitano**

**Matunda na mboga  
lazima ziwe na matunda  
au mboga**

**Entrees ya ziada  
Uchaguzi unapatikana  
Entrees ya kila siku**

**PB&J Sandwich  
Saladi maalum**

**Hii taasisi ni fursa sawa  
Mtoaji**

**Menyu ni chini ya  
mabadiliko**



# JANUARY | 2025

## Écoles locales de Hamilton de la 9e à la 12e année

French

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

30	31	1	2	3
6 NON ÉCOLE	7 Nuggets de poulet Rouleau chaud Haricots Bâtonnets de céleri Fruits (2) Lait	8 Macaroni au fromage Bretzel moelleux Haricots verts Bouchées de chou-fleur Fruits (2) Biscuit Lait	9 Calzone Jambon & Fromage Tater Tots Tranches de concombres Fruits (2) Croustilles de fromage chili Lait	10 Bouchées de fromage Mikes Marinara Sauce Salade mélangée Mini tomates Fruits (2) LAIT
13 Pizza personnelle Brocoli cuit à la vapeur Mini tomates Fruits (2) Chips solaires Lait	14 Filets de poulet Riz cuit à la vapeur Bâtonnets de céleri Fruits (2) Coupe à pudding Lait	15 Bâtonnets Bosco Marinara Sauce Maïs cuit à la vapeur Fruits (2) Biscuit Lait	16 Cheeseburger Frites Laitue et tomates Pickles Fruits (2) Lait	17 Salade de tacos Croustilles tortilla Haricots/fromages frits Fruits (2) Lait
20 NON ÉCOLE	21 Poulet popcorn Pain de maïs Maïs cuit à la vapeur Bâtonnets de céleri Fruits (2) Lait	22 Coney / Hot-dogs Haricots Carottes miniatures Fruits (2) Croustilles de maïs Lait	23 Sandwich au poulet Laitue et tomate Mélange de légumes Fruits (2) Lait	24 Rotini Toast à l'ail Salade romaine et épinards Mini tomates Fruits (2) Lait
27 Pizza au pain français Carottes cuites à la vapeur Tranches de concombre Fruits (2) Biscuit Lait	28 Omelette Pain perdu Tater Tots Poivrons verts Fruits (2) Lait	29 Sandwich aux côtes de bœuf BBQ Haricots verts Chou Fruits (2) Lait	30 Cheeseburger Brocoli cuit à la vapeur Pickles Fruits (2) Chips solaires Lait	31 Quesadilla Haricots frits Maïs cuit à la vapeur Fruits (2) Lait

### Nouvelles

**Petit-déjeuner et déjeuner**  
**Offert tous les jours sans frais**

**Un déjeuner complet se compose de cinq aliments**

### Composants

**Grains (part of Entrée)**  
**Protéines (partie de l'entrée)**  
**Légumes, fruits et lait**

**Les élèves doivent prendre trois des cinq aliments**

**composants et l'un doit être un fruit ou un légume**

### Entrées supplémentaires

**Des sélections sont disponibles**

**Entrées du jour**

**PB&J Sandwich**

**Salades de spécialité**

**Cette institution est une institution d'égalité des chances**

**Fournisseur**

**Le menu est susceptible d'être modifié**



# JANUARY | 2025

## Lekòl Lokal Hamilton Klas 9yèm-12yèm

Haitian Creole

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

30	31	1	2	3
6 NON LEKÒL	7 poul nuggets Woulo cho Pwa kwit nan fou Baskètbòl Fwi (2) Lèt	8 Macaroni - Fwomaj Mou Pretzel Pwa vèt Kavalye Mòde Fwi (2) bonbon Lèt	9 Ham & Cheese Calzone Tots gou Tranch konkonb yo Fwi (2) Chili Cheese Chips Lèt	10 Mikes Cheese Bites Marinara Sòs Ianse Salad Mini Tomatoes Fwi (2) LÈT
13 Pèsonèl pitza Vapè bwokoli Mini Tomatoes Fwi (2) Solèy Chips Lèt	14 grip poul Diri vapè Baskètbòl Fwi (2) Pudding Cup Lèt	15 bwat pontye Marinara Sòs Vapè mayi Fwi (2) bonbon Lèt	16 Cheeseburger French Fries Leti &apot pikliz Fwi (2) Lèt	17 Tako Salad Baskile Tortilla Pwa refrijere / fwomaj Fwi (2) Lèt
20 NON LEKÒL	21 Pòpkòn poul Mayi mayi Vapè mayi Baskètbòl Fwi (2) Lèt	22 Kòn / chen cho Pwa kwit nan fou Kawòt ti bebe Fwi (2) Chip mayi Lèt	23 poul sandwich Leti &apot &amelyore Legim melanje Fwi (2) Lèt	24 Rotini Lay ton griye Romaine & vire Salad Mini Tomatoes Fwi (2) Lèt
27 Franse Pen Pitza Kawòt vapè Tranch konkonb Fwi (2) bonbon Lèt	28 Omlèt franse tonbo Tots gou Piman vèt Fwi (2) Lèt	29 BBQ vyann bèf Rib Sandwich Pwa vèt Coleslaw Fwi (2) Lèt	30 Cheeseburger Vapè bwokoli pikliz Fwi (2) Solèy Chips Lèt	31 Quesadilla Pwa refrijere Vapè mayi Fwi (2) Lèt

### Nouvèl

**Dejene ak manje midi**  
**Ofri chak jou a pa koute chè**

**Yon manje konplè**  
**konsiste de senk manje**  
**eleman**

**Grenn se yon pati nan**  
**Entrée.**

**Pwoteyin (yon pati nan**  
**Entrée)**

**legim, fwi ak lèt**

**Elèv yo dwe pran twa**  
**nan senk manje**

**Konpozisyon ak Youn**  
**Dwe yon fwi oswa legim**

### Lòt antrè

**Seleksyon yo disponib**

**Antrè chak jou**

**PB&J Sandwich**

**Salad espesyal**

**Enstitisyon sa a se yon**

**Opòtinite egal**

**founisè**

**Meni se sijè a**

**Chanjman**



# JANUARY | 2025

## Escuelas Locales de Hamilton Grados 9-12

Spanish

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
30	31	1	2	3
6 NO ESCUELA	7 Nuggets de pollo Rollo caliente Frijoles horneados Palitos de apio Fruta (2) Leche	8 Macarrones con queso Pretzel suave Judías verdes Picaduras de coliflor Fruta (2) Galleta Leche	9 Calzone de Jamón y Queso Tater Tots Rodajas de pepinos Fruta (2) Chips de queso y chile Leche	10 Bocaditos de queso Mikes Salsa Marinara Ensalada mixta Mini Tomates Fruta (2) LECHE
13 Personal Pizza Brócoli al vapor Mini Tomates Fruta (2) Chips de sol Leche	14 Filetes de pollo Arroz al vapor Palitos de apio Fruta (2) Taza de pudín Leche	15 Palos Bosco Salsa Marinara Maíz al vapor Fruta (2) Galleta Leche	16 Hamburguesa con queso Papas fritas Lechuga y tomates Pickles Fruta (2) Leche	17 Ensalada de tacos Chips de Tortilla Frijoles Refritos/Queso Fruta (2) Leche
20 NO ESCUELA	21 Pollo con palomitas de maíz Pan de maíz Maíz al vapor Palitos de apio Fruta (2) Leche	22 Coney / Perritos calientes Frijoles horneados Zanahorias baby Fruta (2) Chips de maíz Leche	23 Sándwich de pollo Lechuga y tomate Verduras mixtas Fruta (2) Leche	24 Rotini Tostada de ajo Ensalada de lechuga romana y espinacas Mini Tomates Fruta (2) Leche
27 Pizza de pan francés Zanahorias al vapor Rodajas de pepino Fruta (2) Galleta Leche	28 Tortilla Tostadas francesas Tater Tots Pimientos verdes Fruta (2) Leche	29 Sándwich de costilla de res a la barbacoa Judías verdes Ensalada de repollo Fruta (2) Leche	30 Hamburguesa con queso Brócoli al vapor Pickles Fruta (2) Chips de sol Leche	31 Quesadilla Frijoles refritos Maíz al vapor Fruta (2) Milk

### Noticia

**Desayuno y Almuerzo**  
**Se ofrece todos los días**  
**sin costo**

**Un almuerzo completo**  
**consta de cinco alimentos**  
**Componentes**  
**Granos (parte de Entrée)**  
**Proteína (parte del plato principal)**

**Verduras, frutas y leche**

**Los estudiantes deben**  
**tomar tres de cinco**  
**alimentos**

**Componentes y uno debe**  
**ser una fruta o verdura**

**Entrantes adicionales**  
**Las selecciones están**  
**disponibles**

**Entrantes diarios**  
**Sándwich de PB&J**  
**Ensaladas especiales**

**Esta Institución es una**  
**Institución de Igualdad de**  
**Oportunidades**

**Proveedor**  
**El menú está sujeto a**  
**cambios**



# JANUARY | 2025

## Shule za Mitaa za Hamilton 9-12

Swahili

Habari

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

30	31	1	2	3
6 LA SHULE	7 Nuggets ya Kuku Roll ya Moto Maharagwe ya Baked Vibandiko vya Celery Matunda (2) Maziwa	8 Macaroni & Cheese Pretzel laini Maharagwe ya kijani Cauliflower Bites Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	9 Ham & Calzone ya Cheese Tater Tots Vipande vya matango Matunda (2) Chili Cheese Chips Maziwa	10 Mikes Cheese Bites Marinara Sauce Saladi ya Kutupwa Nyanya ndogo Matunda (2) MAZIWA
13 Pizza ya kibinafsi Steamed Broccoli Nyanya ndogo Matunda (2) Chips ya jua Maziwa	14 Zabuni ya Kuku Mchele wa Mvuke Vibandiko vya Celery Matunda (2) Kombe la Kuku Maziwa	15 Vibandiko vya Bosco Marinara Sauce Mahindi ya Mvuke Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	16 Cheeseburger Fries ya Kifaransa Lettuce & Nyanya Pickles Matunda (2) Maziwa	17 Saladi ya Taco Tortilla Chips Maharagwe ya kukaanga / Cheese Matunda (2) Maziwa
20 LA SHULE	21 Kuku wa Popcorn Mkate wa Mahindi Mahindi ya Mvuke Vibandiko vya Celery Matunda (2) Maziwa	22 Mbwa wa Coney / Moto Maharagwe ya Baked Karoti ya mtoto Matunda (2) Chips ya Mahindi Maziwa	23 Sandwich ya Kuku Lettuce & Tomato Mboga zilizochanganywa Matunda (2) Maziwa	24 Rotini Toast ya vitunguu Saladi ya Romaine & Spinach Nyanya ndogo Matunda (2) Maziwa
27 Pizza ya mkate wa Kifaransa Karoti zilizopikwa Vipande vya tango Matunda (2) Kidakuzi Maziwa	28 Omelet Toast ya Kifaransa Tater Tots Peppers ya kijani Matunda (2) Maziwa	29 BBQ Beef Rib Sandwich Maharagwe ya kijani Sheria ya Coleslaw Matunda (2) Maziwa	30 Cheeseburger Steamed Broccoli Pickles Matunda (2) Chips ya jua Maziwa	31 Quesadilla Maharagwe ya kukaanga Mahindi ya Mvuke Matunda (2) Maziwa

**Kiamsha kinywa na chakula cha mchana**  
**Kutolewa kila siku bila gharama**

**Chakula kamili kinajumuisha vyakula vitano**

**Vijenzi Nafaka (sehemu ya Entrée)**

**Protini (sehemu ya Entrée)**

**Mboga, Matunda na Maziwa**

**Wanafunzi watakiwa kula vyakula vitatu kati ya vitano**

**Matunda na mboga lazima ziwe na matunda au mboga**

**Entrees ya ziada Uchaguzi unapatikana**

**Entrees ya kila siku PB&J Sandwich Saladi maalum**

**Hii taasisi ni fursa sawa Mtoaji**

**Menyu ni chini ya mabadiliko**