

قائمة مسموحات وممنوعات أطعمة الأطفال

• المسموحات :

- بسكوت .
- ويفر فانيليا أو شوكولاتة لكن غير مغطى بالشوكولاتة.
- كيك بدون حشو أو تغطية شوكولاتة.
- بيك رولز.
- صن بايتس.
- باتيه ريتش بيك وأمثاله (بدون شوكولاتة).
- المخبوزات بدون شوكولاتة.
- فيشار المنزل.
- عصير طبيعي بدون مواد حافظة.
- Mix بكل أنواعه (حتى الكاكاو لأنه مخفف باللبن).
- جميع الأطعمة الصحية (سندوتشات ، فاكهة ، خضروات).

• الممنوعات :

- جميع أنواع الشوكولاتة.
- البنبون.
- التوفي.
- المصاصات.
- الشيبسي وما شابه.
- الدوريتوس .
- المولتو الشوكولاتة.
- أنواع الطعام التي لا يسهل تناولها خارج المنزل (زبادي ، مكرونة بصلصة ، كشري ، بيض بالقشر ، رمان ، بطيخ ،....)

** بصفة عامة تقليل جرعة الشوكولاتة والسكريات والمقلبات والمواد الحافظة والاهتمام بالأغذية الصحية المناسبة للتناول خارج المنزل والتي يحبها الطفل **

• ملاحظات هامة:

1. نؤكد عدم إرسال عبوات زبادي مع الأطفال رغم علمنا بأهميتها وذلك لما تتسببه من فوضى في طريقة تناولها وصعوبة تعامل الأطفال معها بمفردهم.
2. في حالة إحضار الطفل أي من الممنوعات السابق ذكرها يتم سحبها منه وتسليمها لولي الأمر في الانصراف.
3. الرجاء عدم إفراغ الممنوعات في علب أو أكياس عادية حيث يتم سحبها أيضا.
4. التأكد من صلاحية الأطعمة والمشروبات المرسله وإمكانية استمرارها طوال اليوم الدراسي دون تلف.
5. التأكد من كمية الأطعمة المرسله لتكفي الطفل طوال اليوم الدراسي.

