

اسکول فوڈ

اسکول فوڈ آجکل کے طلبا کو ایک غیر معمولی کھانے کا تجربہ پیش کرتا ہے، 1,700 سے زائد پبلک اسکولوں میں ہر روز 85,000 سے زائد کھانے پیش کیے جاتے ہیں۔ اسکول فوڈ ملک میں کام کرنے والی سب سے بڑی K-12 کھانے کی سروس ہے اور افواج کے بعد کھانے کا سب سے بڑا ادارتی خریدار ہے۔

اسکول فوڈ ہمارے طلبا میں صحت بخش کھانے کے انتخابات کو فروغ دینے اور مزیدار، صحت بخش، اور شکم سیر مینیو کے متبادلات پیش کرتے ہوئے اعلیٰ غذائی معیار کو قائم رکھنے کے لیے پرعظم ہے۔

- **محفوظ کھانے** — اسکول فوڈ کا عمل بیزرڈ اینالسز کریٹیکل کنٹرول پوائنٹس (HACCP)؛ میں تربیت یافتہ ہے جو کھانے کو محفوظ رکھنے کا جدید ترین احتیاطی طریقہ ہے۔
- **صارفین کی خدمت** — اسکول کے نظام الاوقات کی بروقت، قابل بھروسہ ناشتے اور لنچ کی خدمات سے اعانت کی جاتی ہے۔
- **بلا روک ٹوک ابلاغ** — اسکول فوڈ آپکے سوالات یا تجاویز کا خیر مقدم کرتا ہے؛ ہم ضمانت دیتے ہیں کہ ہماری پیشہ ورانہ ٹیم آپکی ضروریات کی تکمیل کرے گی۔
- **اسکول فوڈ شراکت** — اسکول فوڈ کے مینیجرز، پرنسپل، والدین ربط دہندہ، دیگر اسکولی عمل، والدین، اور طلبا کھانے کے تجربے کو دوبالا کرنے کے لیے اشتراک کرتے ہیں۔

اسکول فوڈ کے غذائی معیارات

مصنوی ذائقہ، رنگ، مٹھاس، پام آئیل، ناریل کا تیل، BHA, BHT یا MSG استعمال نہیں کیے جاتے ہیں۔

نمک کی کل مقدار ناشتے کے لیے 660 ملی گرام اور لنچ کے لیے 770 ملی گرام سے تجاوز نہیں کرتی ہے

کل چربی کی مقدار کل کیلریز کے 30% سے زائد نہیں ہونی چاہیئے

سیرشدہ چربی کی مقدار کل کیلریز کے 10% سے زائد نہیں ہونی چاہیئے

ٹرانز فیٹ ایسڈ اور زیادہ فرکٹوس والے کارن سیرپ کی مقدار کو محدود کرنا

صرف سالم گندم کی روٹی اور رولز پیش کیے جاتے ہیں

روزانہ کی تازہ پھلوں اور سبزیوں کی پیشکش میں اضافہ

صرف کم چربی یا بغیر چربی والا دودھ پیش کیا جاتا ہے

اسکول بعد صحت بخش سنیکس اور اے لا کارٹ سنیک بورڈ پروگرامز

اپنے بچوں کی کامیاب ہونے میں مدد کیجئے

اسکول کے لذیذ اور صحت بخش کھانوں سے لطف اٹھائیے

اسکول کھانے کی درخواست

بہت سے طلبا مفت یا کم قیمت کھانے کے لیے اہل ہیں۔ ایک مکمل شدہ اسکول کھانوں کی درخواست اہل طلبا کو مفت یا 25¢ میں کھانا کھانے کے لیے اہل بناتی ہے۔ وہ طلبا جو آمدنی کے لحاظ سے اہل نہیں ہیں اور یا جو درخواست واپس نہیں کرتے ہیں وہ لنچ کے لیے \$1.50 ادا کریں گے۔ اپنے اور اپنے اہل خانہ کے لیے پیسے بچانا ہمیشہ ہی اچھا خیال ہوتا ہے۔ ایک درخواست مکمل کرنا یاد رکھیں۔

ناشتہ

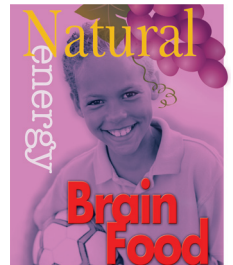
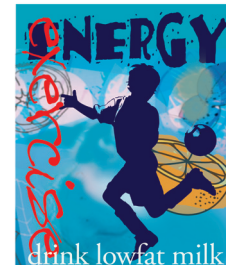
وہ بچے جو صحت بخش ناشتہ کرتے ہیں وہ اسکول میں زیادہ توجہ دیتے ہیں اور اس طرح تمام اسکولی دن کے دوران اپنی آموزش کی اہلیت کو بہتر بناتے ہیں۔ وہ معیاراتی امتحانات میں اچھا اسکور بھی حاصل کرتے ہیں اور انکی تاخیر اور غیرحاضری کی شرح بھی کم ہوتی ہے۔ طلبا کو ان فوائد سے بہرہ مند ہونے کے لیے نیویارک شہر کے تمام طلبا کے لیے اسکول میں ناشتہ مفت ہے۔

کلاس روم میں ناشتہ

اسکول فوڈ کا کلاس روم میں ناشتے کا پروگرام نیویارک شہر پبلک اسکول کے طلبا کو اپنی آموزش کی قابلیت کو بڑھانے کا بہترین موقع فراہم کرتا ہے۔ یہ تعاملی پروگرام یقینی بناتا ہے کہ طلبا اپنے تدریسی دن کے لیے درکار مناسب غذائیت اور توانائی حاصل کریں۔ کلاس روم میں ناشتہ ملٹی میڈیا پیشکش اور پبلک اعلانات ملاحظہ کرنے کے لیے <http://schools.nyc.gov/schoolfood> پر جائیں۔

گرمیوں میں کھانے: مفت ناشتہ اور لنچ

ناشتے اور لنچ کی خدمات شیڈول کردہ تدریسی اسکولی سال کے بعد بھی جاری رہتی ہیں۔ مفت ناشتہ اور دوپہر کے کھانے تمام نیویارک شہر کے 18 سال اور کم عمر کے بچوں کو تمام گرمیوں کے دوران دستیاب ہیں۔ ہمارا گرمیوں کے کھانے کا پروگرام سینکڑوں پبلک اسکولوں، اجتماعی پول سینٹرز، سٹی پارکس، نیویارک شہر ہاؤسنگ اتھارٹی کامپلیکس اور شہر میں دیگر مقامات پر دستیاب ہیں۔ کوئی رجسٹریشن، دستاویز یا شناخت مطلوب نہیں ہے۔ درحقیقت، ایک مزیدار مفت ناشتہ اور دوپہر کے کھانے سے لطف اندوز ہونے کے لیے بچوں کا پبلک اسکول میں مندرج ہونا بھی لازمی نہیں ہے۔





Department of
Education



بچپن کے مٹاے اور اس سے متعلقہ سنگین بیماریوں، جیسے ذیابیطس، کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے، ہمارے غذائی رابطہ کار غذائی معیارات اور پالیسیاں تشکیل دیتے اور انہیں مستحکم کرتے ہیں۔ قومی پیمانے پر تسلیم شدہ صحتیاتی تنظیموں، مقامی اجتمائی گروپوں اور حکومتی ایجنسیوں سے تعلقات قائم کرنا اور جدوجہد کو ہم آہنگ کرنا اسکول فوڈ کو محکمہ تعلیم (DOE) کی بہبودیت کی پالیسی کی اعانت کا موقع دیتا ہے۔

DOE کی بہبودیت کی پالیسی نیویارک شہر کے طلباء کی صحت اور بہبودیت کو فروغ دینے کی جستجو کرتی ہے۔

تمام تر پالیسی کا جائزہ لینے یا پرنٹ کرنے کے لیے <http://schools.nyc.gov/offices/health/genprogserv/wellness.htm> پر

جائیں۔

اسکول فوڈ آپکے سوالات کا خیرمقدم کرتا ہے...

اسکول فوڈ علاقائی مساعداً اعلیٰ رابطہ معلومات

مین ہیٹن اسکول اجتمائی اضلاع 6 - 1
(917) 339-1742 ccondon@schools.nyc.gov

برونکس اسکول اجتمائی اضلاع 12 - 7
(718) 741-5486 lmizrahi@schools.nyc.gov

بروکلن I اسکول اجتمائی اضلاع
32 اور 23, 19, 16, 14, 13
(718) 935-3389 mfigueroa@schools.nyc.gov

بروکلن II / اسٹین آئلینڈ اسکول اجتمائی اضلاع
31 اور 22, 21, 20, 18, 17, 15
(718) 714-0387 vtammara@schools.nyc.gov

کوئنز اسکول اجتمائی اضلاع 24 - 30
(718) 391-6881 jmagsin@schools.nyc.gov

دفتر برائے اسکول فوڈ
ایرک گولڈ اسٹین، چیف ایگزیکٹو آفیسر
egoldstein@schools.nyc.gov

Vernon Boulevard 44-36
Long Island City, NY 11101
Phone: 718.707.4300



اسکول فوڈ کھانے کے کمرے

اسکول فوڈ کے اعلیٰ شیف صنعت کاروں کے ساتھ ملکر ایسی مصنوعات بنانے کے لیے کام کرتے ہیں جو اسکول فوڈ کے اعلیٰ غذائی اور طبخی کے معیارات پر پورا اترتے ہیں۔ کھانے کی مصنوعات کا ایک وسیع انتخاب ہمیں ہر اسکول گریڈ سطح کی مطابقت سے مینیو بنانے کا موقع دیتا ہے۔

اسکول فوڈ کی طبخی شیف کی ٹیم اسکول کے باروچی خانے کے عملے کو پیشہ وارانہ مہارت اور تربیت فراہم کرتی ہے۔ کھانا پکانے کے مناسب طریقے اور کھانا پیش کرنے کی تکنیکوں کے استعمال میں توسیع اسکول فوڈ کے نیویارک شہر کے طلباء میں صحت بخش کھانے کی عادات کے فروغ کے ہدف کی اعانت کرتی ہیں۔

مینیو، غذائیتی رہنمائی خطوط، صحت بخش سٹیکس اور دیگر معلومات کے لیے

<http://schools.nyc.gov/schoolfood> سے رجوع کریں۔



Come See What's On Our Plate
Healthy and Great Tasting Breakfast and Lunch

SchoolFood Restaurants
Health and wellness are the first ingredients!