



دليل الاشتراطات الغذائية للمقاصف المدرسية

قائمة الوجبات الصحية للمقاصف المدرسية

والاشتراطات الواجب مراعاتها في

التحضير والإعداد

2024-2023

إدارة الصحة العامة

قسم التغذية

المقدمة

تعتبر التغذية المدرسية من أهم العوامل المؤثرة على صحة الطلبة والطالبات من فئة السن المدرسي كونها تحتوي على وجبة أو وجبتين خفيفتين طوال فترة اليوم الدراسي، وتساعد الوجبة المدرسية على حصول الطالب على المغذيات الأساسية التي يحتاجها من أجل تقويته وإعانتته على الاجتهاد والتركيز والتحصيل الدراسي، كما وتعيّنه على بذل الطاقة والنشاط المطلوبين خلال الحصص الدراسية.

وأن لقسم التغذية دور بارز في الوقوف على تحسين وتطوير أغذية المقاصف المدرسية كماً ونوعاً، من خلال خلق بيئة صحية مساندة عبر توفير خيارات متنوعة من الأطعمة ذات مواصفات تغذوية عالية، ويتم تجديد القائمة الغذائية للأغذية والمشروبات المسموح بيعها بالمقاصف المدرسية بشكل دوري وفقاً لأحدث المراجع العلمية المعتمدة، حيث تقدم القائمة شرحاً مفصلاً للاشتراطات الواجب مراعاتها من النواحي التغذوية والصحية.

أهداف الدليل:

- تعزيز عادات الأكل الصحية بين طلبة المدارس.
- ضمان توفير مجموعة متنوعة من خيارات الطعام الصحي في المدارس.
- تحسين عادات الأكل وتناول المغذيات بشكل عام لدى طلبة المدارس.

الفئة المستهدفة

- متعهدي ومزودي الأغذية للمقاصف المدرسية.
- الكوادر التعليمية والإدارية في المدارس.

اشتراطات جودة القيمة الغذائية

المواد المستخدمة في الإعداد

- الإلتزام بتقليل نسب الملح في إعداد العجين طبقا للقرار الصادر رقم 28 لسنة 2018 بتحديد نسب إضافات ملح الطعام في منتجات المخابز الشعبية والآلية لتكون كحد أقصى بنسبة (0.5% على مستوى الدقيق الخام، وهو ما يُعادل حجم ملعقة شاي لكل كيلوغرام من الدقيق).
- الاعتماد على الزيوت النباتية في تحضير وإعداد الأطعمة (زيت الكانولا – زيت الزيتون- زيت دوار الشمس -زيت الذرة)
- يمنع استخدام أنواع الزيوت الغنية بالدهون المشبعة والمتحولة مثل زيت النخيل وزيت جوز الهند والسمن النباتي .
- تستخدم البهارات المحلية الطازجة والتنظيفة في إعداد السندويشات والسلطات.
- يمنع استخدام نكهات الخضار والدجاج المصنعه لإحتوائها على نسب عالية من الملح والمركبات غير الصحية مثل أحادي جلوتامات الصوديوم (الملح الصيني أو الأجينو موتو) .
- التأكد من سلامة الخضار المضافة في السندويشات .
- يفضل استخدام اللحم الهبر الطازج (بدون عظم) والدواجن بدون شحم ومنزوعة الجلد. واستخدام صدور الدجاج الصافي في الفيليه.

طرق الطهي

- يجب مراعاة استخدام كميات قليلة من الزيوت أثناء تحضير الأطعمة مع ضرورة اختيار أنواع الزيوت النباتية الصحية الخالية من الدهون المهدرجة.
- التقليل قدر الإمكان من إضافات الملح أثناء تحضير الأطعمة،
- يفضل خبز الأطعمة المقلية مثل الفلافل والفيليه بالفرن او القلي بالهواء عوضا عن استخدام الزيت الغزير وفي حال القلي يجب تجفيفها عن الزيت.
- يجب شوي البرجر والكفتة في الفرن او الشواية الخاصة >
- التوجه نحو القلي بالهواء و تجفيف الأكل بعد القلي لتجنب تشرهها بالزيت وتكون من الدجاج الصافي.

طرق التقديم

- تحضر أنواع تتبيلة السلطات بحسب نوع السلطة المقدمة من مكونات طازجة طبيعية وهي عصير الليمون/ الخل الأبيض/ زيت الزيتون/ دبس الرمان/ خل البلسمك /الزعر/ السماق مع التقليل من اضافة الملح في التتبيلة.
- يمنع استخدام أي نوع من أنواع تتبيلات السلطة الجاهزة والأسواق لإحتوائها على نسب عالية من الأملاح الإصطناعية.

- تقدم الفواكة بشكل حبة كاملة أو شرائح.
- مراعاة حجم الحصص الغذائية التي تقدم للطلبة بحيث تكون متوسطة الحجم لا تقل عن 50 جرام في للشطائر وعن حجم رغيف خبز لبناني للفطائر .

معلومات التحسس

- يجب أن توفير الدعم الكافي للطلاب الذين يعانون من الحساسية وعدم التحمل، ويجب بيان الأطعمة التي تحتوي على مسببات الحساسية بتحذيرات على ملصق الأطعمة.

مسببات الحساسية الغذائية

- المكسرات
- البيض
- الحليب
- القمح
- الغلوتين
- فول الصويا
- اللوز والكستناء
- المكونات الكيميائية
- مشتقات الكبريت
- الأسماك
- المحار

بيانات التوسيم

- يجب توفير بياناً خاصاً بالقيمة الغذائية للمنتج من خلال وضع بطاقة بيانات توضيحية أو بطاقة غذائية خارجية لكل مادة غذائية وذلك لبيان المعلومات الغذائية. طبقاً لقانون الصحة العامة "الفصل العاشر" المادة 36 أ ووفقاً لتطبيق معايير التغذية الصحيحة.
- يلتزم كل متعهد المقصف المدرسي بتوفير تحليل الأطعمة في مختبر معتمد أو باستخدام برامج تحليل أطعمة أو باستشارة أخصائي تغذية والإشارة إلى السعرات الحرارية في ورقة البيانات التوضيحية أمام مقصف المدرسة.

فئات الطعام للأطعمة والمشروبات التي تباع في المقاصف

يسمح بتوفيره بشكل مستمر في المقاصف	الفئة الخضراء
يتم توفيره بشكل محدد من حين لآخر	فئة البرتقالي
لا يسمح ببيعها في قائمة المقصف	الفئة الحمراء

الفئة الخضراء

: يشير إلى الأغذية المسموحة التي يمكن توفيرها بشكل يومي، وتعتبر الخيار الأفضل لقائمة المقصف المدرسي لأنها تحتوي على مجموعة متنوعة من العناصر الغذائية وقليلة الملح والدهون المشبعة والمهدرجة .

- تقدم بشكل يومي
- مدرجة كخيارات رئيسية في قائمة مقصف المدرسة

فئة البرتقالي:

يشير إلى الأغذية المسموح بتوفيرها بشكل محدد من حين لآخر ، تحتوي على بعض العناصر الغذائية، ولكن قد تحتوي على مستويات أعلى من الدهون المشبعة والمهدرجة والملح.

- تقدم في أوقات معينة مثل المناسبات لتجنب السعرات الحرارية العالية .
- يجب توفيرها بكمية أقل مقارنة بالعناصر الخضراء..
- يوصى بتناولها باعتدال.

افئة الأحمر:

مقيد ولا ينصح ببيعه في قائمة المقاصف المدرسية، وتعتبر هذه المواد الغذائية منخفضة القيمة الغذائية وقد تحتوي على سعرات حرارية عالية ونسبة عالية من الصوديوم والدهون المشبعة والمهدرجة.

قائمة للأطعمة والمشروبات المسموحة والممنوعة في المقاصف المدرسية:

الإشتراطات الواجب مراعاتها	الأغذية	
<ul style="list-style-type: none"> • يمكن إستخدام مختلف أنواع الخبز مثل الصمون والرول وخبز اللبناي وخبز الشرائح (السلايس). • يفضل الاستخدام من الخبز الأسمر بالنخالة. • عدم إضافة شرائح البطاطس المقلية مع أو داخل الشطائر. • من الضروري إضافة نوع واحد من الخضراوات الطازجة في جميع أنواع الشطائر مثل: الخيار، الجزر، أوراق الخس . • عدم إضافة صلصات "المايونيز أو الكاتشب" داخل الشطيرة، • يمكن تقديم عبوة صغيرة حجم 14 - 10 (غرام) من الكاتشب أو المايونيز بحسب الطلب فقط. • كمية الطحينية في الفلافل يجب ألا تتجاوز 15 جم حوالي (ملعقة طعام). • مراعاة استخدام كمية قليلة من الزيت أثناء التحضير 	<ul style="list-style-type: none"> • تكة دجاج مشوي /شيش طاووق • الجبن • شطيرة الحلوم • البيض المسلوق • شرائح الدجاج المشوي 	الشطائر
	<ul style="list-style-type: none"> • الكبدة • القيمة • البرجر المشوي (لحم /دجاج) • الكفتة "كرات اللحم" • فيليه الدجاج • الفلافل • شطائر الحمص 	
	<ul style="list-style-type: none"> • السجق • سندويشات المارتديلا والتركي (الديك الرومي) • سندويش الدجاج بالمايونيز 	

<ul style="list-style-type: none"> ● فطائر متوسطة الحجم ذو عجينة رقيقة لا تتجاوز حجم ربع خبز اللبناني. ● كمية الحشوة متناسبة مع الفطيرة لا تقل عن 25 جم. 	<ul style="list-style-type: none"> ● اللبنة (اللبنة بالزعر) ● الجبنة ● الخضراوات ● الدجاج ● اللحم ● بيتزا الجبن ● بيتزا الخضراوات 	المعجنات
<ul style="list-style-type: none"> ● الزعر ● خلية النحل 		
<ul style="list-style-type: none"> ● بيتزا ببيروني ● كرواسون سادة وبالحشوات (الجبنة، الشوكولاتة..) ● فطائر الباف باستري (Puff pastry)) ● الدونات بأنواعها 		
<ul style="list-style-type: none"> ● بحشوه الأرز والخضراوات بدون لحم ● تستخدم كمية قليلة من الزيت النباتي ● توفر بعدد 2 أو 4 وحدات من ورق العنب فقط. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ورق العنب 	أخرى
	<ul style="list-style-type: none"> ● مينو بجميع أنواعه 	
	<ul style="list-style-type: none"> ● رقائق الشيبس بجميع أنواعها 	
<ul style="list-style-type: none"> ● الفواكه الطازجة الموسمية 	<ul style="list-style-type: none"> ● الفواكه الطازجة 	الفواكه
<ul style="list-style-type: none"> ● التين، التمر، المشمش والزبيب دون إضافات من السكر ● لا تتجاوز الخمس حبات في الكيس الواحد 	<ul style="list-style-type: none"> ● فاكهة مجففة 	
<ul style="list-style-type: none"> ● تحضر سلطة الفواكه من ثلاثة أنواع من الفاكهة على الأقل. 	<ul style="list-style-type: none"> ● سلطة الفواكه 	

<ul style="list-style-type: none"> • يعتمد إعدادها على أنواع الفواكة المتوفرة في الأسواق (بحسب مواسمها) العنب/ المانجو/ الفراولة/ البطيخ الأحمر/ الأناناس/ البرتقال وغيرها) • تستبعد أنواع الفاكهة التي يتغير لونها بعد التقطيع (مثل الموز/ الكمثرى/ التفاح وغيرها) • لا تتعدى نسبة السكر في الفطائر 20% لكل 100 غم. • ألا يتم إضافة المنكهات و الملونات الصناعية أو الكريمة. • تحفظ باردة لحين وقت التقديم 		
<ul style="list-style-type: none"> • الزيتون يجب ألا يتجاوز العشر حبات في الكيس الواحد • ذرة طازجة (مع إضافة القليل من عصير الليمون الطازج فقط) • تقدم كاملة أو مقطعة شرائح بأكياس أو أكواب. • لا تقدم الطماطم في السندويشات أو سلطة الخضراوات (لأسباب متعلقة بسلامة الأغذية) يمكن إضافة الطماطم الكرزية بشكل منفصل مع الشطائر. • عدم إضافة الملح او المايونيز والصلصات الجاهزة. 	<ul style="list-style-type: none"> • الخضراوات الطازجة مثل (الجزر، الخيار، وأوراق الخس، الزيتون (يفضل بدون البذرة) 	الخضار
	<ul style="list-style-type: none"> • الخضراوات المخللة والمخللات بأنواعها 	
<ul style="list-style-type: none"> • تحضر من روب كامل أو قليل الدسم والخيار المبشور او المقطع مكعبات صغيرة بدون إضافة الملح. 	<ul style="list-style-type: none"> • روب بالخيار 	السلطات
<ul style="list-style-type: none"> • مكونه من الطماطم والبقدونس الطازج مع حبوب البرغل العادية أو الكاملة البنية أو الكينوا. • تحفظ باردة لحين وقت التقديم. 	<ul style="list-style-type: none"> • تبولة 	
<ul style="list-style-type: none"> • تحضر من الخس والخيار وأنواع الفليفلة الباردة مع قليل من الخبز المحمص فقط بدون قلي. 	<ul style="list-style-type: none"> • فتوش 	
<ul style="list-style-type: none"> • تحضر من حبات الذرة ومكعبات الخيار والجزر وشرائح الزيتون الأخضر والأسود. 	<ul style="list-style-type: none"> • سلطة الذرة 	

<ul style="list-style-type: none"> ● تسلط اليونانية 	<ul style="list-style-type: none"> ● تحضر من الخس والخيار وقطع الفليفلة الباردة مع إضافة مكعبات جبنة الفيتا قليلة الملح. 	
<ul style="list-style-type: none"> ● سلطه البطاطس بالبيض 	<ul style="list-style-type: none"> ● تحضر من مكعبات البطاطس المسلوقة والبيض المسلوق والخيار مع القليل من البصل الأخضر المقطع شرائح صغيرة. 	
<ul style="list-style-type: none"> ● سلطه المعكرونة بالجبن 	<ul style="list-style-type: none"> ● تحضر من أنواع المعكرونة المسلوقة مثل الفراشة أو القلم أو الحلزون أو غيرها وقطع من جبن الفيتا قليل الملح أو مبشور جبن الشيدر مع قطع الخيار ومبشور الجزر وحببات الذرة والفاصوليا الحمراء المسلوقة. 	
<ul style="list-style-type: none"> ● فتة الباذنجان وفتة الورق عنب 	<ul style="list-style-type: none"> ● تحضر من روب كامل أو قليل الدسم، ● الخضروات في فتة الباذنجان يفضل أن تكون مشوية أو مقلية بالهواء، والخبز يقدم منفصل ويكون محمص غير مقلي. ● تحفظ باردة لجبن وقت التقديم. 	
<ul style="list-style-type: none"> ● المصنع من الطحين العادي المدعم أو بالنخالة أو بالشوفان ● المحشو بالفواكه المجففة (التين، التمر، الزبيب) 	<ul style="list-style-type: none"> ● حجم البسكويت لا يتعدى 100 جم 	البسكويت
<ul style="list-style-type: none"> ● تستبعد الأنواع التي تحوي سكريات وألوان اصطناعية أو المغطاة بالسكر أو الملح أو الزيوت المهدرجة. 		
<ul style="list-style-type: none"> ● رقائق الإفطار (الكورن فليكس) بالفواكه المجففة 	<ul style="list-style-type: none"> ● يفضل الأنواع المصنعة من الحبوب الكاملة (بالنخالة) أو الغرانولا/الموسلي 	رقائق الإفطار
<ul style="list-style-type: none"> ● الأنواع المغطاة بالسكر وبنكهة الشوكولاتة 		
<ul style="list-style-type: none"> ● الفشار السادة. ● الفشار بالنكهات كالجبين أو الزبدة أو الكراميل أو الشوكولاتة. 	<ul style="list-style-type: none"> ● يقدم بإضافة كمية قليلة جداً من الزيت النباتي ● ممكن إضافة الملح بكمية قليلة قليل الملح (أقل من 0.12 جرام صوديوم لكل 100 جرام). 	الفشار

<ul style="list-style-type: none"> ● مقشرة سادة أو مخلوطة غير المملحة ● يجب أن تكون خالية تماما ● تقدم في أكياس صغيرة ● يستثنى تقديمه للمرحلة الابتدائية (لأسباب تخص الحساسية). 	<ul style="list-style-type: none"> ● مكسرات بدون قشور مثل (الجوز، البيدان، الكاجو،...) 	المكسرات
<ul style="list-style-type: none"> ● تباع بكاسات صغيره فقط دون بسكويت. ● يستثنى تقديمه بالأجواء الباردة. 	<ul style="list-style-type: none"> ● المصنع من الحليب /الروب/اللبن فقط ● المثلجات بأنواعها 	الآيس كريم
<ul style="list-style-type: none"> ● بدون مكسرات (لأسباب متعلقة بالحساسية) ● توفير الاحجام الصغيرة فقط (لا تتجاوز 30 جرام / أقل من 130 سعرة حرارية). 	<ul style="list-style-type: none"> ● الشوكولاته السادة أو بالحليب . ● الشوكولاتة بالبسكويت أو الويفر ● الشوكولاتة بالمكسرات ● الشوكولاتة بالكراميل والساكر 	الشوكولاتة
<ul style="list-style-type: none"> ● تكون محضرة من طبقة العجينة الخفيفة وحشوة الفواكه الطازجة بحجم لا يتجاوز 50 جرام. 	<ul style="list-style-type: none"> ● فطيرة الفواكه أو فطيرة الأناناس (تارت الفواكه أو تارت الأناناس). ● أنواع الكاب كيك الطازجة والمحضرة من التمر أو الجزر أو التفاح ذات الأحجام المتوسطة. 	الحلويات
	<ul style="list-style-type: none"> ● الساكر والحلويات بجميع أنواعها. 	
<ul style="list-style-type: none"> ● عدم استخدام الصلصة البيضاء او المايونيز في تحضيرها ● تحضر بإضافة صلصة الطماطم الطازجة فقط. ● التقنين بكمية الملح المستخدم في إعدادها قدر الإمكان. ● إضافة كمية مناسبة من الخضراوات) يمكن استخدام الخضار المجمدة) 	<ul style="list-style-type: none"> ● معكرونة أو باستا خضار 	الوجبات الساخنة (تقدم فقط للمدارس

<ul style="list-style-type: none"> • تستخدم أنواع الأجبان قليلة الدسم. • التقنين بكمية الملح المستخدم في إعدادها قدر الإمكان. • يحضر من صدور الدجاج مع الحرص على إزالة الجلد كاملاً. 	<ul style="list-style-type: none"> • البطاطس المشوية بالفرن والمحشوة بالأنواع التالية 	<p>اتي تطبق نظام تمديد ساعات الدوام الرسمي)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • استخدام أنواع لحم الستيك الهبر (قليل الدهن). • عدم إضافة الزبدة للبطاطس المهروسة. • التقنين بكمية الملح المستخدم في إعدادها قدر الإمكان. 	<ul style="list-style-type: none"> • الذرة والجبن، الدجاج بالبروكلي ، الدجاج بالمشروم • ستيك لحم او دجاج مع بطاطس مهروسة 		
<ul style="list-style-type: none"> • يجب تقديم الدجاج أو اللحم بطريقة الشهي أو الخبز في الفرن. • تقليل إضافات الزيت قدر الإمكان. 	<ul style="list-style-type: none"> • أطباق الأرز بالدجاج أو اللحم. 		
<ul style="list-style-type: none"> • عدم استعمال مكعبات مرق الدجاج الجاهزة واستبدالها بالتوابل الشعبية. • صلصة الطماطم منخفضة الملح. 	<ul style="list-style-type: none"> • الكشري 		
	<ul style="list-style-type: none"> • خبز بالمهياوة • النودلز • البروستد • قطع الدجاج nuggets • البطاطس المقلية) • أنواع السمبوسة واللفائف) السبرينغ رول 		

المشروبات	الاشتراطات المطلوب تو افرها
الحليب	<ul style="list-style-type: none"> • يفضل الحليب قليل الدسم الطازج أو طويل الأجل • مدعمة بالفيتامينات والمعادن الاساسية مثل فيتامين د وعنصر الكالسيوم • توفير الحجم ≥ 250 مل قدر الامكان للمرحلتين الابتدائية والاعدادية
	<ul style="list-style-type: none"> • توفير الحليب بنكهات الفراولة والموز والشوكولاتة فقط
المشروبات الباردة	<ul style="list-style-type: none"> • توفير الانواع العادية دون نكهات على أن تكون قليلة الدسم • مدعمة بالفيتامينات والمعادن الاساسية إن أمكن • توفير اللبن حجم ≥ 250 مل
	<ul style="list-style-type: none"> • عصير الفواكه • نكتار الفواكه
المشروبات الغازية	<ul style="list-style-type: none"> • يفضل أن يكون مدعم بالفيتامينات و المعادن مثل فيتامين (ج) / C • أن تكون من أنواع العصائر 100% عصير او النكتار المكون من 30% عصير • من الأفضل أن يكون عصير غير محلى • توفير الحجم 250 مل أو أقل • يجب عدم وضعه في عبوه زجاجية
	<ul style="list-style-type: none"> • شراب الفواكه بجميع أنواعه والعصير التي تقل عن 30% عصير طبيعي
	مشروبات الطاقة بجميع أنواعها
	<ul style="list-style-type: none"> • المشروبات الغازية بجميع أنواعها • الشاي المثلج • الشاي والكوفي
	<ul style="list-style-type: none"> • يتم توفيرها للمرحلتين الإعدادية والثانوية دون المرحلة الابتدائية. • يقدم الشاي والقهوة السادة أو مع إضافة القليل من الحليب قليل الدسم والسكر لكل كوب بمقدار 15 جم (14 مل) حليب + كيس صغير من السكر على أن لا يزيد عن 10 جم

<ul style="list-style-type: none"> • تجنب استخدام اكياس القهوة أو الشاي الفورية 3 in1 . • يستخدم للتقديم الأكواب الورقية فقط ويمنع استخدام أي نوع من الأكواب البلاستيكية. 		
<ul style="list-style-type: none"> • يقدم بدون سكر، ممكن توفير مغلفات السكر منفصلة. 	<ul style="list-style-type: none"> • شاي الكرك 	المشروبات الساخنة (تقدم للمرحلة الإعدادية والثانوية)
<ul style="list-style-type: none"> • غير مثلجة 	<ul style="list-style-type: none"> • مياه الشرب المعبأة 	المياه

استمارة تقييم الأغذية والمشروبات المقدمة في المقاصف المدرسية

إسم المدرسة :		إسم الطالب (اختياري) :					
إسم الأخصائية القائمة بالتقييم :		الصف :					
إسم المتعهد:		التاريخ :					
الأطعمة	التقييم						رأيك لتطوير هذا النوع من الطعام (إن وجد)
	ممتازة	جيدة	متوسطة	رديئة	أنا لا أكل هذا النوع من الطعام	لا يقدم هذا النوع لدينا في المقصف المدرسي	
• سندويش تكة دجاج مشوي							الرجاء ذكر سبب تقييمك (مبررات التقييم و ملاحظاتك) في حال اختيارك لتقييم ممتاز، جيد،....رديء الرجاء ذكر السبب
• سندويش الجبن							
• سندويش الفلافل							
• سندويش الكبدة							
• سندويش القيمة							
• سندويش البيض المسلوق							
• سندويش البرجر (لحم)							
• سندويش البرجر (دجاج)							
• سندويش دجاج مشروم							
• سندويش كرات اللحم (الكفتة)							
• سندويش قطع الدجاج أو فيلية الدجاج							

رأيك لتطوير هذا النوع من الطعام (إن وجد)	الرجاء ذكر سبب تقييمك (مبررات التقييم و ملاحظاتك) في حال اختيارك لتقييم ممتاز جيد....رديء الرجاء ذكر السبب	التقييم						الأطعمة
		لا يقدم هذا النوع لدنيا في المقصف المدرسي	أنا لا أكل هذا النوع من الطعام	رديئة	متوسطة	جيدة	ممتازة	
								• المعجنات و الفطائر (كالبيتزا و فطيرة اللبنة)
								• ورق العنب
								• معكرونة بالخضار
								• الفواكة الطازجة
								• الفواكة المقطعة (سلطة فواكة)
								• الفواكة المجففة كالتين و الزيتون و المشمش المجفف
								• الخضروات
								• الذرة
								• الزيتون
								• الحليب / اللبن / الروب
								• العصائر

رأيك لتطوير هذا النوع من الطعام (إن وجد)	الرجاء ذكر سبب تقييمك (مبررات التقييم و ملاحظاتك) في حال اختيارك لتقييم ممتاز, جيد,....,رديء الرجاء ذكر السبب	التقييم						الأطعمة
		لا يقدم هذا النوع لدنيا في المقصف المدرسي	أنا لا أكل هذا النوع من الطعام	رديئة	متوسطة	جيدة	ممتازة	
								• أنواع الوجبات المقدمة من المقصف
								• ملائمة حرارة الوجبات المقدمة أثناء الفسحة
								• هل تجد أن المقصف المدرسي يقدم مجموعة متنوعة من الأطعمة التي ترضي كافة الأنواع
								• هل أنت راضي عن طعم الوجبات
								• هل أنت راضي عن شكل الوجبات
ملاحظاتك بشكل عام عن وجبات المقصف المدرسي								