

Clàr-bìdh Foghair/Geamhraidh – 3 Roghainnean airson Bun-sgoil agus Tràth-bhliadhnaichean a' tòiseachadh 28/10/24

Seachdain 1: seachdainean a' tòiseachadh: 28 Dàmhair, 18 Samhain, 9 Dùblachd, 6 Faoilleach, 27 Faoilleach, 17 Gearran (saor-latha), 10 Màrt, 31 Màrt, 21 Giblean (saor-latha), 12 Cèitean

Seachdain 1	Diluain	Dimàirt	Diciadain	Diardaoin	Dihaoine
Orains	Iasg ann an Còmhdaich Arain & Sliseagan le Glasraich/Sailead na Ràithe	Burgar Càise (Mairtfheòil) le Dìsnean Bhuntàta & Glasraich/Sailead na Ràithe	Cearc Mhilis & Shearbh & Rus le Glasraich/Sailead na Ràithe (T)	Paidh Staoig & Buntàta le Glasraich na Ràithe (T)	Pasta is Tuna Bèicte le Càise Leaghte & Glasraich/Sailead na Ràithe (T)
Uaine	Rus is Glasraich Fraighigte le Sabhs Coiridh Roghainneil & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, Bh)	Enchiladas Glasraich le Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Baguette Piotsa an Taighe le Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Hot Dog Bhìogan (Isbean Quorn) le Sabhs Roghainneil & Glasraich/Sailead na Ràithe (Bh)	Buntàta Bèicte & Pònairean Bèicte, le Glasraich/Sailead na Ràithe (Bh)
Gorm	Brot an Taighe le Ceapaire Uigne & Mayo & Sailead na Ràithe (G)	Brot an Taighe le Ceapaire Hama & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Tuna Mayo & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Càise & Sailead na Ràithe (G)	Brot an Taighe le Ceapaire Circe & Sailead na Ràithe
Mìsean	lògart & Measan	Briosgaid Choirc & Measan	Mufain Mheasan & Measan	Measan Measgaichte	Briosgaid Dhinnseir & Measan

Seachdain 2: seachdainean a' tòiseachadh: 4 Samhain, 25 Samhain, 16 Dùblachd, 13 Faoilleach, 3 Gearran, 24 Gearran, 17 Màrt, 28 Giblean, 19 Cèitean

Seachdain 2	Diluain	Dimàirt	Diciadain	Diardaoin	Dihaoine
Orains	Macaroni Càise le Aran Creamha & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Mions (Mairtfheòil) & Buntàta Pronn le Glasraich na Ràithe (T)	Rola Isbein an Taighe (Muicfheòil) le Buntàta Pronn & Pònairean Bèicte no Glasraich/Sailead na Ràithe (T)	Tiolaidh Tìath (Mairtfheòil) le Rus, Sliseagan Tortilla an Taighe & Glasraich/Sailead na Ràithe (T)	Burgar Circe an Taighe le Disnean Bhuntàta & Glasraich/Sailead na Ràithe (T)
Uaine	Coiridh Glasraich le Rus & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, Bh)	Bogadairean Quorn & Sliseagan le Glasraich/Sailead na Ràithe (Bh)	Fajita Glasraich le Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Piotsa Càise & Tomàto le Glasraich/Sailead na Ràithe (G)	Pasta Tomàto le Aran Cruaspach & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, Bh)
Gorm	Brot an Taighe le Ceapaire Tuna Mayo & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Càise & Sailead na Ràithe (G)	Brot an Taighe le Ceapaire Hama & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Circe & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Uigne Mayo & Sailead na Ràithe (G)
Mìlsean	Iògart & Measan	Cèic Mheala is Mheasan & Measan	Measan Measgaichte	Reòiteag & Measan	Aran-milis Coirceach & Measan

Seachdain 3: seachdainean a' tùiseachadh: 11 Samhain, 2 Dùblachd, 20 Faoilleach, 10 Gearran, 3 Màrt, 24 Màrt, 5 Cèitean (saor-latha), 26 Cèitean

Seachdain 3	Diluain	Dimàirt	Diciadain	Diardaoin	Dihaoine
Orains	Hot Dog (Isbean Muicfheòla Albannach) le Sabhs Roghainneil & Glasraich/Sailead na Ràithe	Greimeagan Bradain & Sliseagan le Glasraich/Sailead na Ràithe	Coiridh Circe & Rus le Glasraich/Sailead na Ràithe	Spaghetti Bolognese le Glasraich/Sailead na Ràithe (T)	Goujons Circe ann am pasgan le Glasraich/Sailead na Ràithe
Uaine	Nùdalan Glasraich & Sliseagan Tortilla an Taighe, le Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Macaroni Càise le Aran Creamha & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Burgar Glasraich an Taighe le Disnean Bhuntàta & Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)	Rola Isbein Glasraich le Buntàta Pronn & Pònairean no Glasraich/Sailead na Ràithe (Bh)	Cuibheall Càise an Taighe (Pastraidh, Buntàta Pronn & Càise) le Glasraich/Sailead na Ràithe (T, G)
Gorm	Brot an Taighe le Ceapaire Hama & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Circe & Sailead na Ràithe	Brot an Taighe le Ceapaire Càise & Sailead na Ràithe (G)	Brot an Taighe le Ceapaire Uighe Mayo & Sailead na Ràithe (G)	Brot an Taighe le Ceapaire Tuna Mayo & Sailead na Ràithe (G)
Mìsean	Iògart & Measan	Cèic Ubhail & Measan	Measan Measgaichte	Slaman-milis & Measan	Flapjack & Measan

G = Glasraiche

Bh = Bhìogan

T = Taighe

Tha roghainnean uile air an toirt seachad le roghainn de għlasraich is/no sailead. Far an urrainnear, tha glasraich a rèir na ràithe agus air am fàs sa Ghàidhealtachd no ann an Alba.

Tha lionaidhean nan ceapairean ann an aran, rolaichean no pasgain flùr slàn-mhine.

Gheibhear measan leis gach roghainn mhìlsean.

Gheibhear uisge no bainne ri òl.

Airson aileirsdidhean, neo-fhulangas, no roghainnean bìdh cultarach, beusail no ASN cuir fios air-loidhne:

www.highland.gov.uk/info/878/schools/9/school_meals/4

Innsidh an sgoil co-dhiù is e clàr-bìdh 3 Roghainn, 2 Roghainn, Aon Roghainn no Tog & Tarraig Dihaoine a tha iad a' tabhann.

Uaireannan bidh duilgheadasan solair a' ciallachadh gun tèid cuid de roghainnean atharrachadh gun mhòran rabhaidh. Feuchaidh sinn ri seo a chonaltradh tron sgoil.

Fios Conaltraidh:

Post-d: cl.catering@highland.gov.uk

Fòn: 01463 644102