



## د 2023-2024 ښوونځي کال ته ښه راغلاست

### د خوړو او تغذيي خدماتو څانگه

Althea Albert-Santiago, د خوړو او تغذيي خدماتو رييس (314) 345-4519 x74519

Tenecia Williams متخصص ورکولو (314) 345-2308 x72308

Summer askew، د خوړو متخصص، (314) 331-6115 x 76115

مور او پلار ته سلامونه:

د ټول سينټ لوئس عامه ښوونځيو (SLPS) (Food and Nutrition Services Department) د خوړو او تغذيي خدماتو څانگې په استازيتوب، (مهرباني وکړئ ما ته اجازه راکړئ چې تاسو او ستاسو زده کونکو ته د 2024-2023 ښوونيز کال ته په رسمي توگه ښه راغلاست ووايم.

د سينټ لوئس عامه ښوونځي (SLPS) غواړي د سويل لويديز فوډ سرويس ايکسيلينس Southwest Foodservice Excellence (SFE) د خوړاکي خدماتو مدیریت شرکت (FSMC) په توگه معرفي کړي. د سويل لويديز فوډ سرويس ايکسيلينس به د ښوونځي کيفيت پيا لپاره مدیریت خدمات چمتو کړي.

د سينټ لوئس عامه ښوونځي (SLPS) او (Southwest Foodservice Excellence) سويل لويديز فوډ سرويس ايکسيلينس (SFE) باور لري چې يو له خورا مهم لارو څخه چې مور کولی شو د زده کونکو سره د دوی په ټولگيو کې د ښه فعاليت کولو لپاره ملاتړ وکړو د ښوونځي په ورځ کې دوی ته صحي خواړه چمتو کول دي.

#### د ټولني د وړتيا برابرولو پروگرام:

د سينټ لوئس عامه ښوونځي د ټولني د وړتيا چمتو کولو پروگرام پرمخ وړي، کوم چې د SLPS ښوونځي ټولو زده کونکو ته اجازه ورکوي چې وړيا ناشنه، د غرمې ډوډۍ، ډوډۍ او ناشنه وخورې.

د SLPS د خوړو او تغذيي خدماتو څانگه د ماشومانو د تغذيي لاندې فدرالي پروگرامونه اداره کوي چې د متحده ايالاتو د کرنې رياست (USDA)، د ابتدایي او ثانوي زده کړو رياست (DESE)، او د ميسوري رياست او روغتيا او لوړ پوړو خدماتو لخوا سپانسر شوي.

- د ښوونځي د سهار پروگرام
- د ښوونځي د غرمې ملي پروگرام
- د تازه میوو او سبزیجاتو پروگرام
- د ښوونځي وروسته د خوړو پروگرام
- سمارت ناشوني / تمویل کونکي
- د ماشوم او لویانو د پاملرنې د خوړو پروگرام
- د اوړي د خوړو د خدماتو پروگرام

#### د ښوونځي د ماښامني پروگرام:

- سهارنی د ټولو زده کونکو لپاره وړيا ده. د بالغ معاش خواره: \$2.67.
- خواره د ښوونځي له پیل څخه مخکې په ټولگيو (pk-k) او کافېټريا کې ورکول کېږي.
- د ورځني گرم داخلي ټوکی يا حبوباتو انتخاب، میوه يا 100% جوس، 1% ټیټ غور شیدي يا غیر غور شیدي.
- هر ډول اضافي شیدي اخیستل کېدی شي: سپين - \$60. چاکلیټ: -\$65.
- مینو د سينټ لوئس عامه ښوونځيو په ويب پاڼه کې موقعیت لري (www.slps.org/menus).

Saint Louis Public Schools

801 N. 11th Street

St. Louis, MO 63101

314-345-4519

2023-2024 PARENT LETTER WITH PRICES AND MOHEALTHNET

TRANSLATED BY ESOL BILINGUAL MIGRANT PROGRAM OF SAINT LOUIS PUBLIC SCHOOLS

PASHTO

JULY 2023

## د ښوونځي د ډوډي ملي پروگرام:

### لومړنی ښوونځی:

- د غرمې ډوډی د ټولو زده کوونکو لپاره وړیا ده. د بالغ معاش خواره: \$4.86.
- د غرمې ډوډی کې د صحي گرمو داخلو انتخاب شامل دي، ټول غله دانې، میوې، سبزیجات، سبزیجات د خوارو اختیارونه، او 1٪ ټیټ غوړ شیدې یا غیر غوړ چاکلیټ شیدې.
- خواره په ټولګیو (pk-k) او کیفیټیریا کې وړاندې کېږي.
- هر ډول اضافي شیدې اخیستل کیدی شي: سپین - \$60 چاکلیټ - \$65.
- مینو د سینټ لوئس عامه ښوونځیو په ویب پاڼه کې موقعیت لري ([www.slps.org/menus](http://www.slps.org/menus)).
- هر زده کوونکی به د سهارنۍ او د غرمې ډوډۍ ترلاسه کولو پر مهال د پلور په نقطه (POS) کې انټر فشار راوړي.

### منځنی او عالی ښوونځی:

- د غرمې ډوډی د ټولو زده کوونکو لپاره وړیا ده. د بالغ معاش خواره: \$4.68.
- د غرمې په ډوډۍ کې د صحي گرمو داخلو انتخاب، ټول غله جات، میوه، سبزیجات، د سبزیجاتو خوارو انتخابونه، او 1٪ ټیټ غوړ شیدې یا غیر غوړ چاکلیټ شیدې شامل دي.
- هر ډول اضافي شیدې اخیستل کیدی شي: سپین - \$50 چاکلیټ - \$65.
- د صحي خوارو اختیارونو لپاره تازه میوه او سبزیجات بار.
- مینو د سینټ لوئس عامه ښوونځیو په ویب پاڼه کې موقعیت لري ([www.slps.org/menus](http://www.slps.org/menus)).
- هر زده کوونکی به د سهارنۍ او غرمې ډوډۍ ترلاسه کولو په وخت کې د خپل شخصي پیژندنې شمیره (PIN) دننه کولو لپاره د پلور نقطه (POS) کیبډ کاروي. PIN به هر کال یو شان پاتې شي.

### د ماشوم او لویانو پاملرنی خواره پروگرام (CACFP): د ښوونځی وروسته د ډوډی پروگرام

- د ښوونځی پروگرام وروسته د میسوري د روغتیا ریاست او لوړ پوړو خدماتو لخوا سپانسر شوی.
- زده کوونکو ته غذايي ډوډۍ او ناري ورکول کېږي.
- هغه ښوونځی چې د ښوونځی وروسته پروگرام چمتو کوي چې تعلیمي، بډایه کولو، او ورزشي پروگرامونه پکې شامل دي د ګډون وړ دي.
- ښوونځی کولی شي سره یا گرم خواره ترلاسه کړي.

### د تغذیې اضافی معلومات:

- د SLPS ویب پاڼې ته لار شئ: [www.slps.org](http://www.slps.org).
- د خوړو او تغذیې خدماتو څانګې ته د بیاکتني لپاره، لار شئ: [www.slps.org](http://www.slps.org)، د والدینو او زده کوونکو ټب باندې کلیک وکړئ، بیا بیا کتنه ته لار شئ.
- په نورو ژبو کې د والدینو لپاره د خوارو پالیسي او مینو او د ښه راغلاست لیک بیاکتني لپاره، [www.slps.org](http://www.slps.org) ته لار شئ، د والدین او زده کوونکی ټب باندې کلیک وکړئ، بیا د خوړو پالیسي او مینو ته لار شئ.
- د روغتیا او هوساینې پالیسي، بیاکتني لپاره، یا په نورو ژبو کې د پالیسي لیدلو لپاره، لار شئ: [www.slps.org](http://www.slps.org)، د والدین او زده کوونکی ټب باندې کلیک وکړئ، بیا روغتیا او روغتیا ته لار شئ.
- د شخصي پیژندنې شمیرو (PINS) په اړه د معلوماتو بیاکتني لپاره، [www.slps.org](http://www.slps.org) ته لار شئ، د والدین او زده کوونکی ټب باندې کلیک وکړئ، بیا د خوړو پالیسي او مینو ته لار شئ. مهرباني وکړئ د خوړو او تغذیې خدماتو څانګې سره 345-4519 (314)-2308-345- (314) کې اړیکه ونیسئ، که تاسو کومه پوښتنه لرئ. یوځل بیا، زه غواړم ستاسو د مرستې او ملاتړ لپاره سبرکال مننه وکړم.

**Althea Albert-Santiago, MPH, CCNP, CMP**

Director of Food and Nutrition Services

دا اداره د مساوي فرصت برابر وړونکي ده.

Saint Louis Public Schools

801 N. 11th Street

St. Louis, MO 63101

314-345-4519

## د معلوماتو غوښتنه

(د هرې کورنۍ یوه فورمه ډکه کړئ)

مهرباني وکړئ لاندې پوښتنې ته د مناسب بکس په چک کولو سره ځواب ورکړئ. لاندې معلومات هغه غوښتنه ده چې په 2010 کې د عمومي اسامبلې لخوا تصویب شوه چې د ښوونځي ولسوالیو ته اړتیا لري ترڅو معلومه کړي چې آیا په کورنۍ کې ټول ماشومان روغتیا بیمه لري که نه.

آیا ستاسو په کورنۍ کې هر ماشوم د روغتیا بیمه لري؟

هو

نه

**MO Health Net (Medicaid)** د روغتیا پاملرنې بیمه گڼل کیږي.

که (نه) چک شي د ښوونځي ولسوالۍ به د کورنۍ لپاره او ستاسو ماشوم ته د روغتیا پاملرنې پوښن فورمه چمتو کړي.

د دې فورمې بشپړول د خوارو وړتیا ټاکلو لپاره شرط ندی. د وړیا او کم قیمت خواره د کورنۍ غوښتنلیک به بیاکتنه وشي پرته لدې چې د معلوماتو لپاره دې غوښتنې ته ستاسو ځواب په پام کې ونیول شي.

دا ډکه شوي فورمه خپل ښوونځي/ ولسوالۍ ښوونځي ته راستانه کړئ.

د مور او پلار چاپ شوی نوم:

د بریښنالیک پته:

ښار:

ایالت:

زیږنځی: