



د 2025-2026 ښوونځي کال ته ښه راغلاست

د خوړو او تغذيي خدماتو څانګه

Spencer Winn, رییس د خوړو او تغذيي خدماتو موقتي رییس, 314) 345-2320x72320
 Tenecia Williams متخصص ورکولو متخصص, 314) 345-2308 x72308
 Karen Lee, خوړو متخصص, 314) 331-6115 x 76115

موږ او پلار ته سلامونه:

د ټول سینټ لوئس عامه ښوونځیو (Food and Nutrition Services Department) د خوړو او تغذيي خدماتو څانګې په استازیتوب، (مهرباني وکړئ ما ته اجازه راکړئ چې تاسو او ستاسو زده کونکو ته د 2025-2026 ښوونیز کال ته په رسمي توګه ښه راغلاست ووايم.

د سینټ لوئس عامه ښوونځي (SLPS) غواړي د چارټ ویلس Chartwells د خوراکی خدماتو مدیریت شرکت (FSMC) په توګه معرفي کړي. د چارټ ویلس Chartwells د فوډ سرویس ایکسیلینس به د ښوونځي کیفیت لپاره مدیریت خدمات چمتو کړي.

د سینټ لوئس عامه ښوونځي (SLPS) او چارټ ویلس Chartwells د فوډ سرویس کمپنۍ باور لري چې یو له خورا مهم لارو څخه چې موږ کولی شو د زده کونکو سره د دوی په ټولګیو کې د ښه فعالیت کولو لپاره ملاتړ وکړو د ښوونځي په ورځ کې دوی ته صحي خواړه چمتو کول دي.

د ټولنې د وړتیا برابرولو پروګرام:

د سینټ لوئس عامه ښوونځي د ټولنې د وړتیا چمتو کولو پروګرام پرمخ وړي، کوم چې د SLPS ښوونځي ټولو زده کونکو ته اجازه ورکوي چې وړیا ناشته، د غرمې ږدې، ږدې او ناشته وخوري.

د SLPS د خوړو او تغذيي خدماتو څانګه د ماشومانو د تغذيي لاندې فدرالي پروګرامونه اداره کوي چې د متحده ایالاتو د کرنې ریاست (USDA)، د ابتدایي او ثانوي زده کړو ریاست (DESE)، او د میسوري ریاست او روغتیا او لوړ پوړو خدماتو لخوا سپانسر شوي.

- د ښوونځي د سهار پروګرام (SBP)
- د ښوونځي د غرمې ملي پروګرام (NSLP)
- د تازه میوو او سبزیجاتو پروګرام (FFVP)
- د ښوونځي وروسته د خوړو پروګرام (ASP)
- سمارټ ناشوني / تمویل کونکي
- د ماشوم او لویانو د پاملرنې د خوړو پروګرام (CACFP)
- د اوږي د خوړو د خدماتو پروګرام (SFSP)

د ښوونځي د ماښامني پروګرام:

- سهارنۍ د ټولو زده کونکو لپاره وړیا ده. د بالغ معاش خواړه: \$2.84
- خواړه د ښوونځي له پیل څخه مخکې په ټولګیو (pk-k) او کافېټیریا کې ورکول کېږي.
- د ورځني گرم داخلي توکي یا حبوباتو انتخاب، میوه یا 100٪ جوس، 1٪ ټیټ غوړ شیدې یا غیر غوړ شیدې.
- هر ډول اضافي شیدې اخیستل کېدای شي: سپین - \$60 چاکلیټ: -\$.65.
- مینو د سینټ لوئس عامه ښوونځیو په ویب پاڼه کې موقعیت لري (www.slps.org/menus).



د ښوونځي د ډوډي ملي پروگرام:

لومړنۍ ښوونځي:

- د غرمې ډوډي د ټولو زده کوونکو لپاره وړيا ده. د بالغ معاش خواره: \$5.29.
- د غرمې ډوډي کې د صحي گرمو داخلو انتخاب شامل دي، ټول غله دانې، ميوې، سبزیجات، سبزیجات د خوارو اختیارونه، او 1٪ ټیټ غوړ شیدې یا غیر غوړ چاکلیټ شیدې.
- خواره په ټولګیو (pk-k) او کیفیټیریا کې وړاندې کیږي.
- 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).
- هر زده کوونکي به د سهارنۍ او د غرمې ډوډي ترلاسه کولو پر مهال د پلور په نقطه (POS) کې انټر فشار راوړي.

منځنۍ او عالي ښوونځي:

- د غرمې ډوډي د ټولو زده کوونکو لپاره وړيا ده. د بالغ معاش خواره: \$5.29.
- د غرمې په ډوډي کې د صحي گرمو داخلو انتخاب، ټول غله جات، ميوه، 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 ميوه او سبزیجات بار.
- مینو د سینټ لوئس عامه ښوونځیو په ویب پاڼه کې موقعیت لري (www.slps.org/menus).
- هر زده کوونکي به د سهارنۍ او غرمې ډوډي ترلاسه کولو په وخت کې د خپل شخصي پیژندنې شمیره (PIN) دننه کولو لپاره د پلور نقطه (POS) کېد کاري. PIN به هر کال یو شان پاتې شي.

د ماشوم او لویانو پاملرنې خواره پروگرام (CACFP): د ښوونځي وروسته د ډوډي پروگرام

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

د تغذیې اضافي معلومات:

- د SLPS ویب پاڼې ته مراجعه وکړئ: www.slps.org.
- د خوړو او تغذیې خدماتو څانګې ته د بیاکتني لپاره، مراجعه وکړئ: www.slps.org، د والدینو او زده کوونکو تېب باندې کلیک وکړئ، بیا کتنه ته مراجعه وکړئ.
- په نورو ژبو کې د والدینو لپاره د خوارو پالیسي او مینو او د ښه راغلاست لیک بیاکتني لپاره، www.slps.org ته مراجعه وکړئ، د والدین او زده کوونکي تېب باندې کلیک وکړئ، بیا د خوړو پالیسي او مینو ته مراجعه وکړئ.
- د روغتیا او هوساینې پالیسي بیاکتني لپاره، یا په نورو ژبو کې د پالیسي لیدلو لپاره، مراجعه وکړئ: www.slps.org، د والدین او زده کوونکي تېب باندې کلیک وکړئ، بیا روغتیا ته مراجعه وکړئ.
- شخصي پیژندنې شمېرو (PINs) په اړه د معلوماتو بیاکتني لپاره، www.slps.org ته مراجعه وکړئ، د والدین او زده کوونکي تېب باندې کلیک وکړئ، بیا د خوړو پالیسي او مینو ته مراجعه وکړئ.

مهرباني وکړئ د خوړو او تغذیې خدماتو څانګې سره 314-345-2308 (314) کې اړیکه ونیسئ که تاسو کومه پوښتنه لرئ.

یوځل بیا، زه غواړم ستاسو د مرستې او ملاتړ لپاره سپرکال مننه وکړم

Spencer Winn

دخوړو او تغذیې خدماتو موقتي رییس

دا اداره د مساوي فرصت برابرۍ ده.



د معلوماتو غوښتنه

(د هرې کورنۍ یوه فورمه پکه 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 پوښتنې فورمه چمتو کړي.

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

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

د مور او پلار چاپ شوی نوم: _____

د بریښنالیک پته: _____

ښار: _____

ایالت: _____

زیپکود: _____

د ابتدایي او ثانوي زده کړو ریاست په خپلو پروگرامونو او فعالیتونو کې د نژاد، رنګ، مذهب، جنسیت، قومیت، عمر او معلولیت له مخې تبعیض نه کوي. د ډیپارټمنټ پروگرامونو او د خدماتو موقعیت، فعالیتونو، او اسانتیاو پورې اړوند پوښتنې چې د معلولیت لرونکو اشخاصو لخوا د لاسرسي وړ دي ممکن د جیفرسن ریاست دفتر ودانۍ، د عمومي مشاور دفتر، همغږي کونکي - د مدني حقونو اطاعت (Title VI/Title IX/504/ADA/Age Act), 6th Floor, 205 Jefferson Street, P.O. Box 480, Jefferson City, MO 65102-0480; 573-526-4757 or TTY 800-735-2966; email civilrights@dese.mo.gov.

Saint Louis Public Schools

801 N. 11th Street

St. Louis, MO 63101

314-345-4519

2025-2026 PARENT LETTER WITH PRICES AND MOHEALTHNET
TRANSLATED BY ESOL BILINGUAL MIGRANT PROGRAM OF SAINT LOUIS PUBLIC SCHOOLS

PASHTO
AUGUST 2025