

BREAKFAST

وجبة الإفطار



Universal Academy's Breakfast Information

Outreach: Price*: Free for all students (Reduced Price: Free). Student's Additional Breakfast: \$2.70

Serving Time: 7:30 a.m. Until 07:50 a.m. every day

Price is determined by your confidential Application for Free and Reduced Price Meals. If you need an application, please call the school's Food Services Department at (313)581-5006 Ext. 120.



A healthy breakfast is essential for enhancing academic performance. Starting your day with a well-balanced meal provides the energy and nutrients necessary for peak focus and cognitive function. Opt for choices like oatmeal, low-fat yogurt, whole grain cereals, fruits, vegetables, and skim or low-fat milk. These foods help sustain energy levels and improve concentration, setting the stage for a productive and successful day in class.

وجبة الإفطار الصحية ضرورية لتعزيز الأداء الأكاديمي. إن بدء يومك بوجبة متوازنة يوفر لك الطاقة والعناصر الغذائية اللازمة للتركيز. اختر خيارات مثل دقيق الشوفان واللبن قليل الدسم والحبوب الكاملة والفواكه والخضروات والحليب خالي الدسم أو قليل الدسم. تساعد هذه الأطعمة في الحفاظ على مستويات الطاقة وتحسين التركيز، مما يمهد الطريق ليوم مثمر ونجاح في الفصل.

MRS. SALMA KOUBAA

NUTRITIONIST AND FOOD SERVICES
PROGRAM COORDINATOR
313-581-5006 EXT. 120

MS. AIDA ARAFAT

SCHOOL NUTRITIONIST
313-581-5006 EXT. 125

