

# تغذیه برای یادگیری

## ؛ دلیل خوب برای نوشیدن شیر در مدرسه

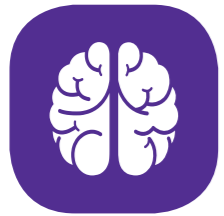


توصیه های رسمی وزارت غذا پیشنهاد میکند که کودکان میتوانند 1/4 لیتر شیر کم چرب در کنار نهار میل کنند و باقی نیم لیتر توصیه شده را در طول روز تقسیم کنند. بیشتر بخوانید [altomkost.dk](http://altomkost.dk)



### کلسیم و پروتئین

شیر شامل کلسیم و پروتئین است که هر دو مورد برای رشد طبیعی و رشد استخوانی کودکان ضروری است.



### مواد معدنی ویتامین ها

شیر حاوی یک بسته مواد معدنی و ویتامین است، که برای کودکان مهم است. در واقع، شیر یکی از غذاهایی است که حاوی بیشترین مواد مغذی مختلف در یک محصول است.



### شیر جعبه نهار شما را تکمیل تر می کند.

یک جعبه نهار خوب شامل نان سیوس دار، میوه و سبزیجات و شیر حاوی مواد مغذی مهمی برای فرزند شما در طول روز است که لازمه تغذیه برای یادگیری میباشد.

# SKOLE MÆLK



## شیر در جعبه نهار طریقه سفارش

MEJERIERNES SKOLEMÆLKSORDNING

**SKOLE  
MÆLK**

AGRO FOOD PARK 13 · 8200 ÅRHUS N  
TLF. 87 31 21 40  
skolemaelk@mejeri.dk  
skolemælk.dk



در فیس بوک همراه ما باشید

شیر در مدارس در فیس بوک یک تالار  
گفتمان برای والدین و جایی برای صحبت  
در مورد شیر و سلامت می باشد.

**SKOLE  
MÆLK** VI BRINGER  
SUNDHED  
IND I  
SKOLEN

در وبسایت [www.skolemælk.dk](http://www.skolemælk.dk)  
مشترک شوید شیر مورد علاقه فرزند  
خود را انتخاب کنید و طریقه پرداخت  
خود را مشخص نمایید



# شیر سرد در جعبه نهار

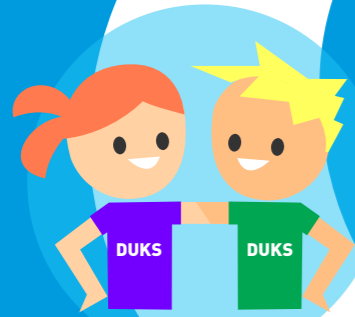
شیر در مدارس، یک برنامه عملی است که تضمین می کند  
تا فرزند شما هر روز شیر تازه در مدرسه دریافت نماید.  
شیر در مدارس همکاری نزدیک و خوبی با کارکنان  
مدرسه دارد که باعث می شوند همه چیز در طول روز به  
خوبی پیش برود. ما از این بابت سپاس گذار هستیم.



مسئول شیر در مدارس اطمینان  
حاصل می کند تا شیر برای هر  
کلاس در یک کیف شیر بسته  
بندی گردد.



شیر از کارخانه به  
مدارس حمل میگردد -  
راننده شیر را در یخچال قرار  
می دهد تا شیر همیشه سرد بماند.



زنگ نهار! مسئول شیر کیف  
شیر را به کلاس می آورد. در  
بعضی مدارس خود بچه ها شیر  
را از یخچال بر میدارند.

و به این طریق شیر سرد در  
کنارجعبه نهار سرو شد -  
نوش جان!



## شیر برای مدرسه سفارش دهید

1. وارد [skolemælk.dk](http://skolemælk.dk) شوید

تاریخ اولین روز تحویل شیر به فرزندتان در روی رسید شما ثبت شده  
است. شما هر لحظه می توانید اشتراک خود را از طریق فروشگاه  
آنلاین ما لغو و یا تغییر دهید.

2. شیر مورد علاقه فرزند  
خود را انتخاب کنید و پرداخت  
را انجام دهید.

هنگامی که شما برای شیر مدرسه ثبت نام می کنید، می توانید طریقه  
پرداخت را خودتان انتخاب نمایید. البته که شما فقط برای روزهایی  
هزینه پرداخت می کنید که مدرسه مشخص نموده. انتخاب نوع پرداخت:

3. شما مشترک شدید - از این پس در  
مدرسه شیر سرد در کنار جعبه نهار برای  
فرزندتان سرو خواهد شد.

**سرویس پرداخت**  
اشتراک با سرویس پرداخت، که پول دو بار  
در سال از حسابتان کشیده می شود.

**کارت اعتباری**  
اشتراک پرداخت با کارت که پول هر سه ماه  
یک بار از حسابتان کشیده می شود.

توجه! ما شیر  
بدون لاکتوز  
هم داریم

