



Ku soo celi foomka oo dhammaystiran:
 Xarunta Adeegyada Nafaqada
 360 Farmington Avenue Louisville, KY 40209
 nutritionsspecialdiets@jefferson.kyschools.us
 Fax: 502.485.6494

JEFFERSON COUNTY PUBLIC SCHOOLS
QORSHAHA CAAFIMAAD EE DUGSIGA
BAAHI GAAR AH OO SOO BAAHAN

Sannad Dugsiyeedka: **HA KU QORIN AAGAN**
 5500483184

Fadlan si wanaagsan u daabac

QAYBTA A Waalidka / Ilaaliyaha: Alaabada oo dhameystiran 1 - 15

1) Aqoonsiga Ardayga # 2) Magaca Dambe ee Ardayga 3) Magaca Hore ee Ardayga 4) Taariikhda Dhalashada

5) Iskuulka 6) Fasalka 7) Cunnada Lagu Cuno Iskuulka
 Quraac Qado Cunto fudud Midna

Magaca Waalidka / Masuulka & Macluumaadka Xiriirka
 8) Magaca 9) Lambarka taleefanka 10) Cinwaanka Boostada, Magaalada, Gobolka, Zip

11) Cinwaanka E-mailka (Waxaan tan u adeegsan doonnaa si aan ugu dirno qirasho iyo faahfaahin ku saabsan qorshaha menu ee ilmahaaga. DAAWAC MEALTY)

12) Codsiyada Waalidka ee aan ku xirnayn naafonimo caafimaad. Fadlan Xusuusnow: Adeegyada nafaqada waxay isku dayi karaan inay la qabsadaan dookhyada dhaqan / shaqsiyeed laakiin sharcigu uma baahna inay sidaa yeelaan. Dejintani waxay kuxirantahay helitaanka sheyga ee khadka adeega maalinlaha ah. Khudrad Khudaarta
 Digaag majiro Lo 'Maya Kale

13) Ardaygu miyuu leeyahay naafonimo la aqoonsaday (IEP ama Qorshaha 504)? IEP 504 Maya

14) Waxaan oggolahay isweydaarsiga macluumaadka u dhexeeya Bixiyaha Daryeelka Caafimaadka iyo shaqaalaha degmada / dugsiya, sida loogu baahdo.
 Saxiixa Waalidka / Mas'uulka (oo looga baahan yahay ka shaqeynta) Taariikhda

15) **Waalidka / Ilaaliyaha:** Waa LOO BAAHAN YAHAY in foomkan oo dhameystiran dib loogu celiyo Adeegyada Nafaqada ee JCPS. Dhammaan isbeddelada dheeraadka ah ee cunnooyinka cunugga waa inuu ku sameeyaa xirfadle daryeel caafimaad oo ruqsad u haysta gobolka foom cusub marka laga reebo doorbidyada dhaqameed / shaqsiyeed. Waalidiinta fadlan ogow: Foomka oggolaanshaha rijeetada waa inuu ku jiraa faylka dugsiya daawooyinka lagu siiyo dugsiya.
 Macluumaadka la xiriira xasaasiyaddaha waaweyn iyo macluumaadka nafaqada / karbohaydrylka ayaa loo heli karaa dib-u-eegid ka sameyso <http://jcps.nutrislice.com>

QAYBTA B BUUXIYAY BIXIYAHA CAAFIMAADKA (MD, APRN, PA, OD) KELIYA: Alaabada oo dhameystiran 16 – 21

16) Ardaygu miyuu leeyahay naafonimo, xaalad caafimaad, ama xasaasiyad cunto oo daran oo dammaanad qaadaysa cunno gaar ah? Haa Maya
 Hadday "HAA" tahay, sheeg naafanimada hoose. Hadday "MAYA" tahay, cunno gaar ah lama damaanad qaado. Naafonimada waxaa lagu qeexaa naafonimo jireed ama maskaxeed taas oo si weyn u xadideysa hal ama dhowr waxqabadyo waaweyn oo nolosha ah.
 Naafonimada (sheeg) _____
 Ooex waxqabadyada waaweyn ee nolosha ee ay saameeyeen Cunista Barashada Dheefshiidka Kale (cadee) _____
 Ciladaha Ardayga ama Xaaladda: _____
 Calaamadee haddii ardaygu wax cuni karo: Farmaajo Garoorta
 Dulqaad la'aanta Laktose: Fursadaha la heli karo ee beddelka ah waa: Caano Bilaashka ah Caanaha Soy
 Baadhitaanka soo socda, qaybta 17 ee hoose waa in la dhammaystiraa si loo aqoonsado cuntooyinka ay tahay in laga saaro sababo la xiriira xaaladda la soo ogaaday:
 Dulqaad la'aanta cuntada Xasaasiyadda Cuntada Nolosha Khatarta ah Xasaasiyadda Cuntada

17) Fadlan hubi dhammaan cuntada (cuntada) si aad uga dhaaftid cunnooyinka cunnuga intii aad ku jirtay dugsiya sababo la xiriira naafanimada kor ku xusan:
MAALIN Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Dhammaan cuntada / cabbitaannada leh caano ee ku taxan qayb ahaan kana kooban waxyaabaha la dubay
 Farmaajada iyo cuntooyinka jiisku ku qoran yahay qayb ahaan
 Garoorta
 Caanaha dareeraha ah. Lagu beddelo Caano aan lahayn Lactose caanaha soy biyo
UKUN Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Ukunta oo dhan sida ukunta la dubay ama ukunta adag ee la kariyey
 Dhammaan walxaha cuntada ee beedku ku qoran yihiin qayb ahaan oo ay ku jiraan waxyaabaha la dubay
QARAX / MURUGO Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Cunnooyinka qamadiga lagu qoro qayb ahaan
 Cuntada leh Gluten-ka (bur, qmadi, riiga galley, cuntada isku dhafan ah) oo ku taxan ka qayb ahaan
MALAH AMA GEEL LOOQAADO Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Lawska Geedaha Looska
GALLEY Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Galleyda oo dhan sida iniinyaha galleyda, jajabyada loo yaqaan 'tortilla chips', rootiga muffin
 Cunnooyinka leh galleyda kuqoran qayb ahaan (sharoobada galleyda, istaarka galleyda, iwm.)
SOOYADA Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Cuntada leh soy kasta oo ku qoran qayb ahaan
KALUUN AMA QOLOF KALLUUN Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Kalluunka Kaluun qolfeedka
KALE Cudurka anafylaksiga Haa Maya
 Mid kale, cadee inay tahay walax la kariyey ama markii la cuno cusub

18) Ardaygu ma qaadan karaa qalab EpiPen / Auvi-Q ah oo kaligiis iskiis u isticmaali karaa?
 Haa Maya

19) Wax ka beddelka Cuntada:
 Ardayga ma loo oggol yahay inuu cunnada / cabbitaanka ku qaato afka? Haa Maya
 Wax-ka-beddelka Qaab-dhismeedka Cuntada ee looga baahan yahay naafonimada lagu xusay qaybta # 16: Nadiifiyey Farsamo ahaan / Dhul Fiican Iska yaree / googooyaa qaybo xajmi ah oo qaniinyo ah
 Dareeraha cufan: Midna Malab Nectar

20) Shuruudaha kale ee nafaqada ee ay ugu wacan tahay naafonimo la caddeeyey Qaybta # 16: Fadlan caddee:

21) **Macluumaadka Bixiyaha Daryeelka Caafimaadka** *Foomka waxaa loo celinayaa waalidka / mas'uulka MAYA waafajin la sameyn maayo haddii qaybtaan aan la buuxin dhamaanteed.*
 Saxiixa Bixiyaha Daryeelka Caafimaadka Taariikhda
 Shaabad Caafimaad ee Caafimaadka (ayaa looga baahan yahay ka shaqeynta)
 Magaca Daabacaha Daryeel Caafimaad