



# EVERY MEAL



## Lub Hnab Xim Xiav Doog

Muaj cov zaub mov uas cov neeg Asia Sab Qab Teb Hnub Tuaj nyiam noj. Lub hnab ntim khoom no yuav muaj cov khoom xws li mov, fawm, mis nyuj kua txiv maj phaub, ntsuag xyoob, hmoov curry, taum ntsuab, thiab txiv kab ntxwv suav.



## Lub Hnab Xim Xiav

Muaj cov zaub mov uas cov neeg Africa Hnub Tuaj nyiam noj. Lub hnab no yuav tsis muaj nqaij npuas thiab tej zaum yuav muaj cov khoom xws li ntses tuna, spaghetti, noob taum ntwaws dub, hmoov pob kws, taum fava, thiab cov khoom uas muaj txiv lws suav.



## Lub Hnab Xim Daj

Muaj txhua hom khoom noj uas tuaj yeem noj tau uas yog tsuas yuav tau muab coj los mus hau me ntsis los sis tsis tas hau li lawm, xws li txiv hmab txiv ntoo qhuav, ntses tuna ntsim, nqaij qaib ntsim, paj noob hlis, granola, oat-meal, thiab kua zaub.



## Lub Hnab Xim Ntsuab

Lub hnab no muaj ntau yam khoom noj tshaj plaws, xws li nqaij qaib, ntses tuna, pasta, mov, mac thiab cheese, kua txob/kua zaub, thiab ntau yam zaub thiab txiv hmab txiv ntoo.



## Lub Hnab Xim Txiv Kab Ntxwv

Muaj cov zaub mov uas cov neeg Latino nyiam noj. Lub hnab no yuav muaj cov khoom xws li mov, taum dub, taum pinto, hmoov pob kws, fideo pasta, kua txob enchilada, chipotles in adobo, thiab kua txob suam.