

2.3.3 Sustainable Food Choices on Campus

2023-2024

Across its multiple campuses in Egypt, AASTMT has demonstrated a strong institutional commitment to embedding sustainability within its food systems and dining services. At the Abu Kir campus in Alexandria, AASTMT provides comprehensive dining services for students, staff, and visitors, including daily meals for residents in dormitories and catering for campus events. A specialized program also addresses food insecurity among students by offering nutritional support, to enhance the state of malnourished students, and access to food banks and pantries, ensuring that no student faces barriers to healthy eating and that undernutrition is terminated. The Academy's dining facilities emphasize healthy, affordable, and sustainable options, featuring plant-based meals, locally sourced ingredients that support Egyptian farmers, and initiatives to reduce food waste through portion control and awareness campaigns. Additionally, AASTMT regularly upgrades its main restaurants and cafeterias to improve service quality and dining experiences while organizing educational activities that promote understanding of sustainable food systems and their environmental benefits.

1. **Protein-based Meals:** AASTMT ensures the availability of balanced, protein-rich full meals across campus dining outlets to support students' nutritional needs and overall well-being.
Vegetarian/Vegan Options: Dedicated vegetarian and vegan meal options are offered at selected cafeterias to promote plant-based eating, as well as offer food options for Christian students during fasting periods.
2. **Outcome of In-House Produce:** Produce cultivated through AASTMT's in-house agricultural systems contributes to campus meal preparation, reinforcing local sourcing and food self-sufficiency. For instance, the AASTMT distributes its outcome of some fruits grown across its campus yearly to its staff members.
3. **Healthy Meal Options:** The Academy emphasizes health-oriented menus that include fresh ingredients, reduced-fat recipes, and calorie-conscious selections aligned with dietary best practices.
4. **Subsidized Meals:** AASTMT provides subsidized meal plans and free meals for scholarship students to ensure equitable access to nutritious food and alleviate financial barriers to learning.





مقترح قائمة طعام الطلبة خلال الاسبوع الرابع من الفصل الدراسي الاول ٢٠٢٣						
اليوم	الاثنين ١٠/٢٣	الثلاثاء ١٠/٢٤	الاربعاء ١٠/٢٥	الخميس ١٠/٢٦	الجمعة ١٠/٢٧	السبت ١٠/٢٨
فول بالطحينة بيض مسلوق جبنه بيضاء/جبنه مثلثات مرتي كباب ١/٢ ، ١/٢ شاي / لبن	بليله بالمكسرات بيض اسكراميل جبنه مثلثات / رومي عسل كعب الفزال شاي / لبن	كورن فليكس بيض مسلوق جبنه مثلثات/بيضاء مرتي دانش شاي / لبن	طعميه بالسمن/خيار بيض مسلوق جبنه مثلثات/بيضاء مرتي حجازيه شاي / لبن	شعريه باللبن بيض مسلوق جبنه مثلثات/رومي عسل كوكيز شاي / لبن	فول علب بيض مسلوق جبنه بيضاء/ رومي عربي كباب شاي / لبن	كورن فليكس بيض مسلوق جبنه مثلثات / رومي عسل أنس شاي / لبن
بوفيه سلاطات ٣ أنواع مختلفة						
أرز معمر/بيض ١/٢ فراخ مشوي بسلة بالجزر فاكهه	أرز ابيض / صيادية سمك آلاجرىك/فريش فينجر بفطلس فرن جبلي ليمون	أرز ابيض / بالشعريه ميني استيك باميه فاكهه	أرز بالبسله والجزر/ مكرونه ١/٢ فراخ مشوي فاصوليا بيضاء كاسترد	أرز ابيض/دقن الباشا لحم كباب بالخضار فاصوليا خضراء فاكهه	أرز ابيض / بالكاري فراخ بروسيت تورلي بروفيتروول	أرز ابيض كفتة داوود باشا يوم بولانجير جبلي فراوله
بوفيه سلاطات ٣ أنواع مختلفة						
شرايح بصل / طماطم برجر لحم خبز كايزر/كانشب يوم فريت كولا ٢ لتر	اسباجيتي نابوليتان كفتة شامي صاج عصير بشاير	فته سوري شاورما فراخ كولا ٢ لتر	١ حواوشي لحم ١ حواوشي جبن باكيت شيبسي/كانشب عصير بشاير	بيض بالسطره مثلثات/حمراء جبنه بيضاء بالخلطه مقالي ام علي مشروب نائج	مكرونه فرن بالسجق باكيت شيبسي كولا ٢ لتر	مكرونه فيوزيللي فراخ بانيه ناجتس عصير بشاير

[Sustainable Food Choices on Campus](#) on AASTMT webpage