LUBAVITCH EDUCATIONAL CENTER

בס"ד

BROCHOS

STUDY GUIDE

BLESSINGS RECITED BEFORE AND AFTER
EATING SPECIFIC FOODS

◈

BLESSINGS RECITED ON SPECIAL OCCASIONS

~ Abbreviation Key ~

בה"מ - בִּרְכַּת הַמָּזוֹן

עה"מ - עַל הַמִּחְיָ'

עה"ע - עַל הָעֵץ

עה"ג - עַל הַגֶּפֶן

בנ"פ - בּוֹרֵא נְפָשׁוֹת

A Project of

Lubavitch Elementary School

17330 Northwest 7th Avenue • Miami, FL 33169

305.653.8770

Week 1 · ב׳ אלול				
1		Apple	בנ״פ	העץ
2		Apple juice	בנ״פ	שהכל
3		Apple sauce	בנ״פ	העץ
4		Apple strudel	עה״מ	מזונות
5		Apricot, *Fresh and Dried*	בנ״פ	העץ
6		*Arbis* (chickpeas)	בנ״פ	האדמה
7		Artichoke	בנ״פ	האדמה
8		Asparagus	בנ״פ	האדמה
9		Aspirin, *Unflavored*	No *Brocha*	
10		Aspirin, *Flavored*	No *Brocha*	שהכל

Week 2 · ט׳ אלול				
1		Avocado	בנ"פ	העץ
2		Babaganoush	בנ"פ	שהכל
3		Bagel	בה"מ	המוציא
4		Bamba®	בנ"פ	שהכל
5		Banana	בנ"פ	האדמה
6		Banana chips	בנ"פ	האדמה
7		Beans, baked	בנ"פ	האדמה
8		Beans, green	בנ"פ	האדמה
9		Beets	בנ"פ	האדמה
10		Bissli®	עה"מ	מזונות

Week 3 · טז׳ אלול				
1		Blackberries	בנ"פ	העץ
2		Blintzes/Crepes	עה"מ	מזונות
3		Blueberries	בנ"פ	העץ
4		*Bokser* (carob)	בנ"פ	העץ
5		Bread, Onion Bread, Pita Bread	בה"מ	המוציא
6		Broccoli	בנ"פ	האדמה
7		Cabbage, Cabbage Coleslaw	בנ"פ	האדמה
8		Cabbage, *Stuffed with Meat*	בנ"פ	שהכל
9		Cake, Muffin	עה"מ	מזונות
10		Candy, Cotton Candy, Lollipop	בנ"פ	שהכל

Week 4 · כג׳ אלול				
1		Carrots	בנ״פ	האדמה
2		Cauliflower	בנ״פ	האדמה
3		Celery	בנ״פ	האדמה
4		Cereal, *Cheerios*	עה״מ	מזונות
5		Cereal, *Corn Flakes* *Kellogs®*	בנ״פ	האדמה
6		Cereal, *Corn Flakes* *All Other Brands*	בנ״פ	שהכל
7		Cereal, *Farina, Oatmeal*	עה״מ	מזונות
8		Cereal, *Kariot*	עה״מ	מזונות
9		Cereal, *Raisin Bran* *With Wheat Flour*	עה״מ	מזונות
		Raisin Bran *No Wheat Flour*	בנ״פ	שהכל
10		Cereal, *Rice*	בנ״פ	שהכל

Week 5 · כט' תשרי				
1		Caesar Salad with Croutons	בה"מ	המוציא
2		Cheese	בנ"פ	שהכל
3		Cheese Curls	בנ"פ	שהכל
4		Cheesecake, *With a Bottom Crust*	עה"מ	מזונות
5		Cherries	בנ"פ	העץ
6		Chicken	בנ"פ	שהכל
7		Chicken Nuggets, Chicken Schnitzel	בנ"פ	שהכל Some say מזונות
8		Chinese Noodles	עה"מ	מזונות
9		Chocolate	בנ"פ	שהכל
10		Chocolate-Covered Pretzels	עה"מ	מזונות

Week 6 · ו׳ חשון				
1		Chocolate-Covered Wafers	עה"מ	מזונות
2		Cholent, *With Barley, Potatoes and Meat*	עה"מ, בנ"פ	מזונות on the barley; האדמה on the potatoes; שהכל on the meat;
3		Chopped Liver	בנ"פ	שהכל
4		Cinnamon Buns	עה"מ	מזונות
5		Coconut	בנ"פ	העץ
6		Coffee	בנ"פ	שהכל
7		Cookies	עה"מ	מזונות
8		Corn	בנ"פ	האדמה
9		Corn Chips	בנ"פ	שהכל
10		Corn Nuts	בנ"פ	האדמה

REVIEW

Week 8 · כ' חשון				
1		Cottage Cheese	בנ"פ	שהכל
2		Cough Drops, *Sweet*	No *Brocha*	שהכל
3		Couscous	עה"מ	מזונות
4		Crackers	עה"מ	מזונות
5		Cranberries	בנ"פ	העץ
6		Caramel Popcorn	בנ"פ	האדמה
7		Cucumber	בנ"פ	האדמה
8		Cupcake	עה"מ	מזונות
9		Custard/Pudding	בנ"פ	שהכל
10		Dates	עה"ע	העץ

Week 9 · כז' חשון				
1		Deli meat, *Salami, Baloney, Corned Beef, Pastrami, etc.*	בנ"פ	שהכל
2		Doughnut	עה"מ	מזונות
3		Dragon Fruit	בנ"פ	העץ
4		Dried Fruit	בנ"פ	העץ
5		Éclair, Pastry with Cream	עה"מ	מזונות
6		Edamame Beans	בנ"פ	האדמה
7		Egg, Egg Salad	בנ"פ	שהכל
8		Eggplant	בנ"פ	האדמה
9		Eggroll	עה"מ	מזונות
10		Fake Crab	בנ"פ	שהכל

Week 10 · ד' כסלו				
1		Falafel Balls	בנ"פ	שהכל
2		Falafel Sandwich in Pita	בה"מ	המוציא
3		Figs	עה"ע	העץ
4		Fish *Herring, Lox, Sardines, Tuna*	בנ"פ	שהכל
5		French Fries	בנ"פ	האדמה
6		French Toast	בה"מ	המוציא
7		Fruit Cup, *Majority of fruits from a tree*	בנ"פ	העץ
8		Fruit Roll-Ups®, Fruit Strips	בנ"פ	שהכל
9		Gluten-Free Cookies	בנ"פ	שהכל
10		Granola	עה"מ	מזונות

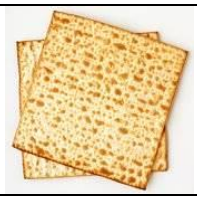
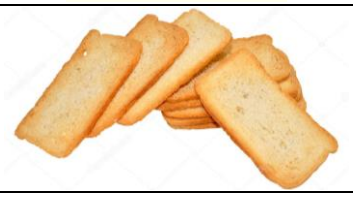
Week 11 · יא׳ כסלו				
1		Grape Juice	עה"ג	הגפן
2		Grapefruit	בנ"פ	העץ
3		Grapes	עה"ע	העץ
4		Greek Salad	בנ"פ	האדמה
5		Gum	בנ"פ	שהכל
6		Halvah	בנ"פ	שהכל
7		Hamantashen	עה"מ	מזונות
8		Hamburger	בנ"פ	שהכל
9		Hearts of Palm	בנ"פ	האדמה
10		Honey	בנ"פ	שהכל

REVIEW

Week 13 · ב׳ טבת				
1		Honey Cake	עה"מ	מזונות
2		Hot Dogs	בנ"פ	שהכל
3		Hotdogs in Blankets	עה"מ	מזונות
4		Hummus	בנ"פ	שהכל
5		Ice Cream	בנ"פ	שהכל
6		Ice Cream *In a Sugar Cone*	עה"מ	First make שהכל on the ice cream; then מזונות on the cone
7		Ice Cream *In a Regular Cone*	בנ"פ	שהכל
8		Ices	בנ"פ	שהכל
9		Jelly, Jam *No Fruit Pieces*	בנ"פ	שהכל
10		Jelly, Jam *With Fruit Pieces*	בנ"פ	העץ

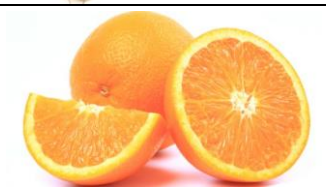
Week 14 · ט׳ טבת				
1		Juice	בנ״פ	שהכל
2		Kasha, *Whole kernel*	בנ״פ	האדמה
3		Kind® Bars	בנ״פ	העץ
4		Kishke	עה״מ	מזונות
5		Kiwi	בנ״פ	העץ
6		Kneidelach *Matzah Balls*	עה״מ	מזונות
7		Knish, Boureka *Vegetable or Meat Filling*	עה״מ	מזונות
8		Kreplach	עה״מ	מזונות
9		Kugel *Lukshon (Noodles)*	עה״מ	מזונות
10		Kugel *Potato*	בנ״פ	האדמה

Week 15 · טז' טבת				
1		Larabar®	בנ"פ	העץ
2		Lasagna	עה"מ	מזונות
3		Leben	בנ"פ	שהכל
4		Lemon	בנ"פ	שהכל (some say העץ)
5		Lentils	בנ"פ	האדמה
6		Lettuce	בנ"פ	האדמה
7		Licorice	בנ"פ	שהכל
8		Macaroni and Cheese	עה"מ	מזונות
9		Macaroons	בנ"פ	שהכל
10		Mango	בנ"פ	העץ

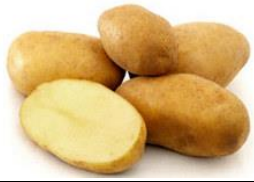
Week 16 · א' שבט				
1		Marshmallows	בנ"פ	שהכל
2		Mashed Potatoes *From Fresh Potatoes*	בנ"פ	האדמה
3		Mashed Potatoes *From Potato Flakes*	בנ"פ	שהכל
4		Matboucha	בנ"פ	האדמה
5		Matzoh	בה"מ	המוציא
6		Matzoh, Egg	עה"מ	מזונות
7		Meat	בנ"פ	שהכל
8		Medicine *Sweet*	No *Brocha*	שהכל
		Medicine *Not Sweet*		No *Brocha*
9		Melba Toast	בה"מ	המוציא *Check individual brands
10		Melons *Cantelope,* *Honeydew,* *Watermelon*	בנ"פ	האדמה

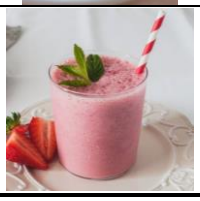
Week 17 · ח' שבט				
1		Milk	בנ"פ	שהכל
2		Mushrooms	בנ"פ	שהכל
3		Nectarines	בנ"פ	העץ
4		Nish Nosh® Chips	עה"מ	מזונות
5		Nugo® Bars	בנ"פ	שהכל
6		Nuts, *Almonds, Cashews, Hazelnuts, Pecans, Pistacios*	בנ"פ	העץ
7		Nuts, *Peanuts*	בנ"פ	האדמה
8		Olives	עה"ע	העץ
9		Olive Dip *Creamy*	בנ"פ	שהכל
10		Onion Rings *Made With Real Onions*	בנ"פ	האדמה

REVIEW

Week 19 · כב׳ שבט				
1		Onion Rings *Packaged snack food*	בנ״פ	שהכל
2		Onions, *Raw*	בנ״פ	האדמה
3		Onions, *Cooked*	בנ״פ	שהכל
4		Onions, *Scallions*	בנ״פ	האדמה
5		Oranges	בנ״פ	העץ
6		Pancakes	עה״מ	מזונות
7		Papayas	בנ״פ	האדמה
8		Parsnip	בנ״פ	האדמה
9		Pasta	עה״מ	מזונות
10		Peanut Butter, *Creamy*	בנ״פ	שהכל

Week 20 · כט' שבט				
1		Peanut Butter, *Crunchy*	בנ"פ	האדמה
2		Pears	בנ"פ	העץ
3		Peas	בנ"פ	האדמה
4		Peppers	בנ"פ	האדמה
5		Pickles	בנ"פ	האדמה
6		Pie	עה"מ	מזונות
7		Pineapple	בנ"פ	האדמה
8		Pizza, *Dough is made with apple juice*	בה"מ or עה"מ, depending on which *brocha* was recited before eating	If satisfied and more than 8 oz. of dough המוציא; if less than 8 oz. and not satisfied מזונות
9		Pizza, *Dough is made with water*	בה"מ	המוציא
10		Plums	בנ"פ	העץ

Week 21 · ו׳ אדר				
1		Pomegranate	עה"ע	העץ
2		Popcorn	בנ"פ	האדמה
3		Potato Chips	בנ"פ	האדמה
4		Potato Latkes	בנ"פ	האדמה
5		Potatoes	בנ"פ	האדמה
6		Potatoe Salad	בנ"פ	האדמה
7		Pretzels	עה"מ	מזונות
8		Prunes	בנ"פ	הָעֵץ
9		Pumpkin Seeds	בנ"פ	האדמה
10		Quinoa	בנ"פ	האדמה

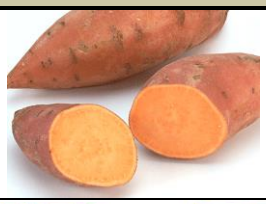
Week 22 · כ׳ אדר				
1		Radishes	בנ״פ	האדמה
2		Raisins	עה״ע	הָעֵץ
3		Raspberries	בנ״פ	הָעֵץ
4		Rice	בנ״פ	שהכל
5		Rice Cakes	בנ״פ	שהכל
6		Rice Crispies Treats	בנ״פ	שהכל
7		Sauerkraut	בנ״פ	האדמה
8		Seaweed	בנ״פ	שהכל
9		Sherbet/Sorbet	בנ״פ	שהכל
10		Smoothie	בנ״פ	שהכל

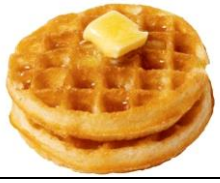
Week 23 · כז' אדר				
1		Soda/Seltzer	בנ"פ	שהכל
2		Soup Croutons	עה"מ	מזונות
3		Soup, *Noodle* A soup served with noodles or any other מזונות that **<u>has *not* been</u>** cooked in the soup	עה"מ בנ"פ	First recite מזונות on the noodles, then שהכל on the soup.
4		Soup, *Noodle* A soup served with noodles or any other מזונות that **<u>has been</u>** cooked in the soup	עה"מ בנ"פ	First recite שהכל on the soup, then מזונות on the noodles.
5		Soup, *Barley*	עה"מ	מזונות
6		Soup, *Bean*	בנ"פ	האדמה
7		Soup, *Beet Borsht*	בנ"פ	האדמה
8		Soup, *Broccoli*	בנ"פ	שהכל
9		Soup, *Cabbage*	בנ"פ	האדמה
10		Soup, *Chicken*	בנ"פ	שהכל

REVIEW

Week 25 · ג' אייר				
1		Soup, *Chicken Broth with Chicken*	בנ"פ	שהכל
2		Soup, *Mushroom*	בנ"פ	שהכל
3		Soup, *Onion*	בנ"פ	שהכל
4		Soup, *Pea*	בנ"פ	שהכל
5		Soup, *Potato*	בנ"פ	האדמה
6		Soup, *Powdered*	בנ"פ	שהכל
7		Soup, *Rice*	בנ"פ	שהכל
8		Soup, *Tomato*	בנ"פ	שהכל
9		Soup, *Vegetable* Mainly vegetables	בנ"פ	האדמה
10		Soup, *Vegetable* Mainly liquid	בנ"פ	שהכל

Week 26 · י׳ אייר				
1		Sour Cream	בנ״פ	שהכל
2		Soy/Veggie Burger	בנ״פ	שהכל
3		Spaghetti, *With meatballs*	עה״מ	First recite מזונות on the noodles, then שהכל on the meatballs.
4		Spaghetti, *With or without sauce*	עה״מ	מזונות
5		Spinach	בנ״פ	האדמה
6		Squash, *Yellow , Butternut, Acorn*	בנ״פ	האדמה
7		Strawberries	בנ״פ	האדמה
8		Stawberry Bamba	בנ״פ	שהכל
9		Sunflower Seeds	בנ״פ	האדמה
10		Sushi[SR1]	בנ״פ	שהכל

Week 27 · יז' אייר				
1		Sweet Potatoes	בנ"פ	האדמה
2		Taco Shells, Tortilla Chips	בנ"פ	שהכל
3		Tangerine	בנ"פ	הָעֵץ
4		Tea	בנ"פ	שהכל
5		Techina	בנ"פ	שהכל
6		Tomatoes	בנ"פ	האדמה
7		Tomato Juice	בנ"פ	שהכל
8		Turkey	בנ"פ	שהכל
9		Veggie Straws®	בנ"פ	שהכל
10		Vitamins, *Not Sweetened*	No *Brocha*	No *Brocha*

Week 28 · כד' אייר				
1		Vitamins, *Sweetened*	No *Brocha*	שהכל
2		Waffles	עה"מ	מזונות
3		Water *Not to Quench Thirst*	No *Brocha*	No *Brocha*
4		Water *To Quench Thirst*	בנ"פ	שהכל
5		Wine	עה"ג	הגפן
6		Wraps	בה"מ	המוציא
7		Yo-Bar®	בנ"פ	שהכל
8		Yogurt	בנ"פ	שהכל
9		Yogurt, *With Toppings*	בנ"פ	שהכל
10		Zucchini	בנ"פ	האדמה

	Week 29 · ט׳ סיון	
	בָּרוּךְ אַתָּה ה׳, אֱלֹהֵי-ינו מֶלֶךְ הָעוֹלָם . . .	
1	Hearing thunder	שֶׁכֹּחוֹ וּגְבוּרָתוֹ מָלֵא עוֹלָם:
2	Seeing lightning	עֹשֵׂה מַעֲשֵׂה בְרֵאשִׁית:
3	Seeing a rainbow	זוֹכֵר הַבְּרִית וְנֶאֱמָן בִּבְרִיתוֹ וְקַיָּם בְּמַאֲמָרוֹ:
4	Hearing good news	הַטּוֹב וְהַמֵּטִיב:
5	Hearing bad news, ח"ו	דַּיַּן הָאֱמֶת:
6	Smelling fragrant spices	בּוֹרֵא מִינֵי בְשָׂמִים:
7	Tasting a new fruit in its season	שֶׁהֶחֱיָנוּ וְקִיְּמָנוּ וְהִגִּיעָנוּ לִזְמַן הַזֶּה
	בָּרוּךְ אַתָּה ה׳, אֱלֹהֵי-ינו מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו, וְצִוָּנוּ . . .	
8	Affixing a *mezuza*	לִקְבּוֹעַ מְזוּזָה:
9	Immersing vessels in a *mikvah*	עַל טְבִילַת כֶּלִי (כֵּלִים):
10	Separating *challah*	לְהַפְרִישׁ חַלָּה:

6TH GRADE ONLY

11	Making an *eruv*	עַל מִצְוַת עֵרוּב:
12	Reciting *Hallel*	לִקְרֹא אֶת הַהַלֵּל:
13	Hearing a *shofar*	לִשְׁמוֹעַ קוֹל שׁוֹפָר:
14	Eating in a *sukkah*	לֵישֵׁב בַּסּוּכָּה:
15	On the *arba minim*	עַל נְטִילַת לוּלָב:
16	Hearing the *megillah*	עַל מִקְרָא מְגִילָה:
17	Eating *matzoh* (at the *Pesach Seder*)	עַל אֲכִילַת מַצָּה:

Week 30 · טז׳ סיון
REVIEW
Week 31 · כג׳ סיון
BROCHOS BEE