תוכנית ההזנה של משרד החינוך

הפרוייקט מבוצע ע"י מילגם שירותים לעיר בע"מ ומנפאואר (ישראל) בע"מ עפ"י מכרז מס' 7/7.2013

הפרוייקט מבוצע עבור המינהל הפדגוגי - היחידה לתוכניות משלימות למידה, משרד החינוך

## קייטרינג "אייל גור"

### גנים

# תפריט ארוחת צהריים

## שבוע 1

**תאריכים:** אפריל: 4.04-8.04, מאי: 2.05-6.05, יוני: 30.05-3.06, יוני: 27.06-30.06

| | ראשון | שני | שלישי | רביעי | חמישי |
|---|---|---|---|---|---|
| **מנה עיקרית** | שניצל | קציצות בקר ברוטב | תבשיל שעועית | רצועות עוף ברוטב | שוקיים |
| **פחמימה** | מפתול | פסטה מלאה 50% | אורז לבן | פתיתים מלאים 50% | קוסקוס מלא 50% |
| **תוספת חמה** | שעועית ירוקה ברוטב | אפונה וגזר | גזר גמדי | אפונה ברוטב | ירק לקוסקוס |
| **מנה לצמחונים** | שניצל סויה | כדורי בשר טבעוניים | שעועית לבנה | חזה בגריל מהצומח | תבשיל גרגירי חומוס |
| **טבעוני** | קציצות עדשים וירקות | כדורי בשר טבעוניים | שעועית לבנה | עדשים | שניצל סויה |
| **מנות ללא אלרגנים** | שניצל, פסטה, ירקות מוקפצים | קציצות בקר, אורז, אפונה | שעועית לבנה, אורז מלא, גזר גמדי | פרגית, אורז לבן, שעועית צהובה | שוקיים, קינואה, מרק ירקות |
| **לחם מלא** | | לחם מלא | לחם מלא | לחם מלא | |

## שבוע 2

**תאריכים:** אפריל: 11.04-15.04 , מאי: 9.05-13.05, יוני: 6.06-10.06

| | ראשון | שני | שלישי | רביעי | חמישי |
|---|---|---|---|---|---|
| **מנה עיקרית** | שווארמה | שניצלונים | קציצות עוף ברוטב | שוקיים | עדשים |
| **פחמימה** | אורז לבן | פסטה מלאה 50% ברוטב | פתיתים מלאים 50% | קוסקוס מלא 50% | אורז לבן |
| **תוספת חמה** | אפונה ברוטב | אפונה וגזר | שעועית ירוקה ברוטב | ירק לקוסקוס | גזר גמדי |
| **מנה לצמחונים** | רצועות טבעונית בתיבול שווארמה | שניצל מהצומח | כדורי בשר טבעוניים | תבשיל גרגירי חומוס | עדשים |
| **טבעוני** | שעועית לבנה | קציצות עדשים וירקות | כדורי בשר טבעוניים | תבשיל גרגירי חומוס | עדשים |
| **מנות ללא אלרגנים** | עוף מוקפץ, אורז, אפונה וגזר | שניצל, פסטה, ירקות מוקפצים | קציצות עוף, פתיתים, אפונה | שוקיים, קינואה, מרק ירקות | שעועית לבנה, אורז מלא, גזר גמדי |
| **לחם מלא** | | לחם מלא | לחם מלא | לחם מלא | |

מירי גודמן
מס' רשיון 11-156011
תזונאית מחוז מרכז
תוכנית ההזנה

אושר על ידי התזונאית: מירי גודמן בתאריך: 25.03.21 חתימה:

במקרה של אי התאמה לתפריט, איחור או חוסר במזון יש להתקשר למשרדינו בטל': 08-9582016/8

## שבוע 3

**תאריכים:** אפריל: 18.04-22.04 , מאי: 16.05-20.05, יוני: 13.06-17.06

| | ראשון | שני | שלישי | רביעי | חמישי |
|---|---|---|---|---|---|
| מנה עיקרית | שניצל | קציצות ברוטב | תבשיל שעועית לבנה | רצועות עוף ברוטב | שוקיים |
| פחמימה | מפתול | פסטה מלאה 50% | אורז לבן | פתיתים מלאים 50% | קוסקוס מלא 50% |
| תוספת חמה | שעועית ירוקה ברוטב | אפונה וגזר | תירס | אפונה ברוטב | ירק לקוסקוס |
| מנה לצמחונים | שניצל סויה | כדורי בשר טבעוניים | שעועית לבנה | חזה בגריל מהצומח | תבשיל גרגירי חומוס |
| טבעוני | עדשים | בולונז טבעוני | שעועית לבנה | קציצות עדשים וירקות | תבשיל גרגירי חומוס |
| מנות ללא אלרגנים | שניצל, פסטה, ירקות מוקפצים | קציצות בקר, אורז, אפונה | שעועית לבנה, אורז מלא, גזר גמדי | חזה עוף, אורז, שעועית ירוקה | שוקיים, קינואה, מרק ירקות |
| לחם מלא | | לחם מלא | לחם מלא | לחם מלא | |

## שבוע 4

**תאריכים:** אפריל: 25.04-29.04 . מאי: 23.05-27.05. יוני: 20.06-24.06

| | ראשון | שני | שלישי | רביעי | חמישי |
|---|---|---|---|---|---|
| מנה עיקרית | שווארמה | שניצלונים | קציצות ברוטב | שוקיים | שעועית לבנה ברוטב |
| פחמימה | אורז לבן | פסטה מלאה 50% | בורגול | קוסקוס מלא 50% | אורז צהוב |
| תוספת חמה | אפונה ברוטב | אפונה וגזר | שעועית ירוקה ברוטב | ירק לקוסקוס | גזר גמדי |
| מנה לצמחונים | רצועות טבעונית בתיבול שווארמה | שניצל מהצומח | כדורי בשר טבעוניים | תבשיל גרגירי חומוס | שעועית לבנה |
| טבעוני | קציצות עדשים וירקות | בולונז טבעוני | עדשים | תבשיל גרגירי חומוס | שעועית לבנה ברוטב, אורז, גזר גמדי |
| מנות ללא אלרגנים | עוף מוקפץ, אורז, אפונה וגזר | שניצל, פסטה, ירקות מוקפצים | קציצות עוף, פתיתים, אפונה | שוקיים, קינואה, מרק ירקות | שעועית לבנה, אורז מלא, גזר גמדי |
| לחם מלא | | לחם מלא | לחם מלא | לחם מלא | |

***ארוחה שוברת שיגרה:**

שניצל, פלחי תפו"א , פיתה וממרח חומוס

**תאריכים:** 12.4, 12.5, 10.6

**לידיעת הצוות החינוכי!**

- על הספק להכניס את האוכל לתוך הגן/ביה"ס.
- על הספק להביא את האוכל עד חצי שעה לפני זמן הארוחה ולא יותר משעתיים קודם.
- על הספק לספק לפחות 3 סוגי פרי בשבוע.
- במידה ויש ילדים עם רגישות/אלרגיה יש לדווח על כך לרכזי הרשות ו/או הצהרון.

מירי גודמן
מס' רשיון 11-156011
תזונאית מחוז מרכז
תוכנית ההזנה

אושר על ידי התזונאית: מור זרביב בתאריך: 25.03.21 חתימה:

במקרה של אי התאמה לתפריט, איחור או חוסר במזון יש להתקשר למשרדינו בטל': 08-9582016/8