



**תפריט לשנת הלימודים תשפ"ד חברה עירונית ראשון לציון**  
**ספטמבר 2023**  
**שבוע -1-**

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	
שניצל אמיתי	שווארמה	קציצות עוף	שוקיים עוף צליות	קציצות בקר ברוטב עגבניות	מנה עשירת חלבון
חזה מן הצומח	רצועות מהצומח	קציצות עדשים כתומות	חזה מן הצומח	כדורי בשר	טבעוני/צמחוני
אורז	פתיתים	אורז	קוסקוס משולב מלא	פסטה משולב מלא+רוטב	דגנים
אפונה ברוטב עגבניות	גזר גמדי	תבשיל עדשים	מרק ירקות	אפונה וגזר	ירקות מבושלים
שניצל	פרגית	קציצות עוף	שוקיים	קציצות בקר	מנה ללא אלרגנים
ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים
פירות העונה					פרי

\*מנות צליאק יוגשו בהתאם לתפריט היומי.  
 \* אופציה ליום צמחוני: פלאפל + חומוס + פיתה + מלפפון חמוץ  
 \* אופציה ליום חמישי: בולונז + פסטה + גזר. (בשבוע 1)  
 \* אופציה מנה שוברת שיגרה שניצל בלחמניה קלועה עם חומוס ומטבוחה. (לא יסופקו באותו היום ירקות טריים)  
 \* ביום של שובר שיגרה לא יסופק לחם\*\*\*

**שבוע -2-**

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	
שניצלונים	קציצות עוף	שוקיים עוף צליות	קציצות בקר ברוטב	קוביות עוף	מנה עשירת חלבון
חזה מן הצומח	כדורי בשר	חזה מן הצומח	קציצות עדשים	רצועות מהצומח	טבעוני
פתיתים	אורז	קוסקוס משולב מלא	פסטה משולב מלא+רוטב	אורז	דגנים
שעועית ירוקה	אפונה ברוטב עגבניות	מרק ירקות	גרגירי תירס	אפונה וגזר	ירקות מבושלים
שניצל	קציצות עוף	שוקיים	קציצות בקר	חזה עוף	מנה ללא אלרגנים
ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים
פירות העונה					פרי

\* יש לאכול את המנה מיד לאחר פתיחת הקלקר  
 \* המנות מיועדות לסועדים רגילים שאינם אלרגים אלא צויין אחרת על גבי המנה  
 \* אין אנו אחראים לכל סוגי הרגישויות למעט הזמנות של מנות מיוחדות שאינן נעשות במפעלינו.  
 \* את הפירות יש לשטוף לפני הגשתם

תמר כהן  
 דיאטנית קלינית ומנהלת טרויקט  
 החברה למשק וכלכלה  
 מ"ד 11-11901