



קייטרינג ואירועים למוסדות ופרטיים

א.ג.ג. פישפלסט בע"מ, ח.פ. 514480268, רח' יוסף מייזר 2, א.ת. חדרה

תפריט שבוע ראשון צהרונים תשפ"ו 6-2025 - "המתבח של רוחה" (תאריך עדכון 12/08/2025)

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
מזון עשיר בחלבון כדורי הודו ברוטב עגבניות	בולונז בקר	שוקיים עוף בתנור	קציצות עוף אפויים בתנור	שניצלונים מנתח חזה עוף שלם
מזון עשיר בדגן אורז לבן משולב מלא	פסטה משולב מלא מלא +רוטב עגבניות בצד תירס	קוסקוס משולב מלא	אורז לבן משולב מלא עם עם שעועית לבנה	פתיתים משולב מלא
ירק חם אפונה	סלט סלק מבושל	מרק ירקות עם גרגירי חומס	גזר גמדי	שעועית ירוקה ברוטב
סלט/ירק טרי (לפחות 3 סוגים ביום ו-5 סוגים בשבוע - מלפפון/עגבנייה/פלפל צבעוני/גזר/כרוב)	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	סלט כרוב ירקות טריים
מנות צמחוניות כדורי קינואה	חזה "עוף" צמחוני	נקניקייה צמחונית	קציצות עדשים	המבורגר טבעוני
מנות אלרגניות קציצות בשר, אורז וגזר	בולונז, פסטה ותירס	שוקי עוף, פולנטה (קוסקוס) בתוספת מרק ירקות	קציצות בשר, אורז וגזר	שניצל עוף אורז ושעועית ירוקה

התפריט הוכן ואושר ע"י רחלי קורנברג, תזונאית קלינית בתאריך: 12/08/2025
חתימה וחותמת:

רחלי קורנברג
דיאטנית קלינית Bs.c
ע.מ 35993955



קייטרינג ואירועים למוסדות ופרטיים

א.ג.ג. פיישפולסט בע"מ, ח.פ. 514480268, רח' יוסף מייזר 2, א.ת. חדרה

תפריט שבוע שני צהרונים תשפ"ה 6-20205 - "המטבח של רוחה" (תאריך עדכון 12/08/2025)

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
קציצות עוף אפויים בתנור	שניצל מנתח חזה עוף שלם	שוקיים עוף בתנור	כדורי בשר בקר ברוטב עגבניות	נתחי חזה עוף על האש
אורז משולב מלא	פסטה משולב מלא +רוטב עגבניות בצד תירס	קוסקוס משולב מלא	אורז לבן משולב מלא עם עדשים (מג'דרה)	פתיתים משולב מלא
גזר גמדי סלט	סלק מבושל	מרק ירקות עם גרגירי חומוס	אפונה וגזר	שעועית ירוקה
ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	ירקות טריים	סלט כרוב ירוקות טריים
כדורי ברוגל/קינאה	חזה "עוף" צמחוני	המבורגר צמחוני	קציצות עדשים	שווארמה צמחונית
קציצות עוף פסטה ותירס	שניצל אורז ושעועית ירוקה	שוקי עוף, פולנטה (קוסקוס) בתוספת מרק ירקות	קציצות בשר, אורז וגזר	חזה עוף אורז ושעועית ירוקה

התפריט הוכן ואושר ע"י רחלי קורנברג, תזונאית קלינית בתאריך: 12/08/2025
 חתימה וחותמת: **רחלי קורנברג**

דיאטנית קלינית Bs.c
 ע"מ 35993955

*עפ"י המלצת משרד הבריאות מומלץ לבחור כמנה עיקרית יום צמחוני ומנת דג שבועי מתוך מגוון המנות
 *אחרי י"צ יוגשו לחם מלא וממרחים טחינה/טחינה גולמית/חומוס/חמאת בוטנים טבעית
 *לא יוגשו קטשופ וממרחים מתוקים/ממותקים
 *מידי יום יוגש פרי העונה - לפחות 3 סוגים בשבוע (חורף- תפוח/אגס/קלמנטינה/בננה/תפוז.
 קיץ-אפרסק/אפרשזיף/משמש/אבטיח/מלון/תפוח)