



תפריט הגן

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
<p>ירקות טריים חתוכים - מלפפון, עגבניה, פלפל, גזר, קולורבי (וכאשר אין קולורבי בעונה ירק מתחלף כמו שומר, תירס גמדי, כרוב) זיתים/מלפפון חמוץ טחינה לחם תוספת מתחלפת לפחות 3 פעמים בשבוע: חביתת חומוס, ירקות בתנור, סלט קינואה, שיבולת שועל אפויה, שקשוקה (עם אופציה טבעונית), ממרחים משתנים</p>						ארוחת בוקר
פירות קפואים בחצר (מלון/אבטיח)						בימי הקיץ
יום ללא ארוחת צהריים	תבשיל עוף, אפונה וירקות כתומים ברוטב קוקוס על מצע בורגול (יש אופציה טבעונית)	מרק עדשים ואפונה לצד אורז לבן	פסטה בולונז (יש אפשרות טבעונית)	מרק ירקות עשיר עם שעועית וקוסקוס	מג'דרה, סלט כרוב, סלק מבושל וטחינה	ארוחת צהריים
חלה תוצרת בית	<p>כריכים עם ממרח מתוק משתנה (ממרח חלווה, ריבה, ממרח תמרים) ופרי (לרוב אגסים ותפוחים) בימים בהם חגגנו יום הולדת בשכבה יקבלו הילדימות עוגה בסוף היום.</p>					נשנוש סוף היום

* בציון חגים לעתים יתחלף התפריט הקבוע בארוחת חג מותאמת וחגיגית