

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

הנחיות ליישום¹ מערך ההזנה במסגרות החינוך המיוחד- שנה"ל תשע"ה (29.1.15)

מערך ההזנה במסגרות החינוך המיוחד, עובר שינויים בשנים האחרונות.

מסגרות רבות פועלות במסגרת יום לימודים ארוך, בתוקף חוק החינוך המיוחד ותלמידיהם זכאים להזנה בימי הלימוד שבמהלך שנת הלימודים.

במהלך השנים חל מעבר מהכנת המזון במטבחים במסגרות החינוך, להזנה המסופקת על ידי חברות הסעדה (ספקי מזון) ובפקוח הבעלות על המסגרת.

המעבר טומן בחובו אחריות רבה של כלל הגורמים המעורבים מחד, ומאידך, מאפשר הקפדה יתרה בהתאמת המזון לצרכיו המיוחדים של כל תלמיד.

התאמת התפריט הינה מלאכה מורכבת הדורשת התייחסות למגוון הצרכים התזונתיים הייחודיים של התלמיד כפרט ושל כלל התלמידים במסגרת, כגון- התאמת מרקמי המזון עבור תלמידים עם קושי באכילה, לעיסה או בליעה ועוד.

במסגרת התכנית הלאומית לאורח חיים בריא, בהובלת משרד החינוך ומשרד הבריאות, נדרשת תשומת לב מיוחדת ליישום נושא זה בתוך מסגרות החינוך המיוחד תוך הקפדה על איכות המזון ובחירת סוגי מזונות בעלי תכולה נמוכה של מלח, סוכר, שומן (רווי וטראנס בעיקר), ועשירים בסיבים תזונתיים, ויטמינים ומינרלים.

¹הנחיות מבוססות על:

1. המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות. (2007). מדריך הזנה לחינוך המיוחד גילאים 6-21.
2. משרד החינוך, חוזר מנכ"ל, בריאות, אורחות חיים במוסדות החינוך (מרץ 2013). הזנה וחינוך לתזונה נכונה במוסדות החינוך (2.2-82).
3. המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות (יוני 2012). לאכול ולגדול: תדריך להזנת תינוקות פעוטות וילדים במסגרת חינוכית (גנים, מעונות, צהרונים, משפחותונים) מגיל 3 חודשים עד גיל 5 שנים.
4. המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות. (פברואר 2014). עמדת משרד הבריאות בנושא: הקשר שבין צריכת נתרן ממקורות שונים לתחלואה.
5. המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות. (נובמבר 2013). קיום מנחים למרכז השלטון המקומי, למכרזים בנושא מערך הזנה לקשישים.
6. Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids (Macronutrients) (2005) National Academy of Sciences. Institute of Medicine. Food and Nutrition Board

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

מטרת ההנחיות שלהלן, להדריך את העוסקים בהזנת התלמידים במסגרות החינוך המיוחד, לתכנון מקצועי של התפריט היומי, תוך שיפור איכות המזון בהתאם לצרכי התלמידים ועמידתו בכללי הגיוון, המינון והאיזון הנדרשים. הרכבי המנות בטבלאות המצורפות הן על פי החוברת " מדריך הזנה בבתי ספר לחינוך מיוחד גילאים 6-21 " - משרד הבריאות.

בחירת ספק שירותי ההסעדה, תעשה על-פי החוקים המחייבים את הבעלויות. נבקש להדגיש כי, עלות ההזנה משמעותית, אך בהחלט אינה הגורם הבלעדי. יש להביא בחשבון את הרכב המזון ואיכותו והיכולת של ספק המזון להיענות מידית לדרישות הייחודיות של התלמידים.

ליישום הזנה בריאה עבור תלמידי החינוך המיוחד על כל הגורמים המטפלים בנושא- אנשי הרשות, הבעלות, החינוך, הטיפול וההורים, לחבור יחדיו ולהבטיח את איכות התזונה של התלמידים.

בחוברת זו, מפורטות ההנחיות בנושא מערך ההזנה למסגרות החינוך המיוחד. הנחיות אילו עומדות לרשות הבעלות על המסגרת החינוכית ומנהלי מסגרות החינוך ויהוו את הבסיס הנדרש לאספקת המזון הן באמצעות חברות ההסעדה והן באמצעות מטבחי המסגרת עצמה.

מדריך זה כפוף להנחיות משרד הבריאות ולחוזר מנכ"ל של מש' החינוך,

ואינו מחליף אותם.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

א. הצעה למפרט להזנה יומית לתלמידי החינוך המיוחד

1. קריטריונים להרכבת התפריט השבועי:

- מאפיינים תרבותיים
- מאפיינים בריאותיים של התלמידים במסגרת, והתאמת התפריט ומרקמי המזון לצרכיהם התזונתיים.
- צמצום/הימנעות השימוש במזונות מעובדים בעלי ערך תזונתי נמוך.

2. הנחיות כלליות:

- בכדי שהבעלות תוכל להיערך להתקשרות עם ספק, חשוב שמנהל המוסד בו לומד התלמיד יעביר לבעלות את מפרט הארוחות המבוקשות בכלל, ביניהן הארוחות הייחודיות בהתאם לצרכים התזונתיים הפרטניים של התלמידים.
- בקשה למנות ייחודיות תתקבלנה יחד עם מסמך רשמי של תזונאית ו/או רופא המטפל בתלמיד ובאישור ההורים.
- בהתאם להנחיות במסמך זה, ייבנה תפריט דו-שבועי (מסגרת מחזורית של תפריט הזנה ל- 12 ימים) בכל מסגרת, באחריות מנהל המסגרת החינוכית ובתיאום עם הרשות המקומית.
- ספק המזון יעבוד על פי תפריט דו-שבועי שאושר על ידי מנהל המסגרת החינוכית והרשות, בהתייעצות על פי צורך עם דיאטנית ספק שירותי הרפואה במסגרות החינוך המיוחד.
- תפריט דו-שבועי, יכלול את כל הארוחות הניתנות במהלך יום הלימודים.
- יש להיענות לבקשת מנהל המסגרת לשינויים בתפריט על פי צרכי התלמידים. לכן מומלץ לכלול בהסכם שבין הבעלות לספק המזון אפשרות זו.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

- בהתאם למסגרת התפריט הנדרשת עבור התלמידים, יש לספק מספר מנות עיקריות ופרי. במידת הצורך יש לספק מנות עיקריות ופרי במרקם רך לצד המנות במרקם רגיל.
- בהתאם לצורך יסופקו מנות אישיות מותאמות לתלמידים הזקוקים לתזונה מותאמת כגון תלמידים חולי צליאק וסוכרת, תלמידים בעלי רגישות למוצרי מזון וכן תלמידים צמחונים). המזון יוגש על פי מידע כתוב ומאושר על ידי דיאטנית קלינית/רופא, שיימסר למוסד החינוכי על ידי ההורים ובאישורם.
- הבעלות תוודא כי ספק המזון מכין את המזון על פי מתכונים מתועדים שעומדים בהנחיות חוברת זו וברי בקרה.
- הבעלות תוודא כי ספק המזון ישמור על טריות וחום המזון עד להגשתו בהתאם לדרישות התברואיות של מש' הבריאות.

פיקוח ובקרה

השלטון המקומי בשיתוף משרד החינוך יבצעו בקרה שוטפת על עמידתו של ספק שירותי ההסעדה בדרישות המכרז. הבקרה תכלול:

- פיקוח על הרכב, איכות ובטיחות המזון
- בדיקת שביעות רצון של מסגרות החינוך המיוחד.
- ספק שירותי ההסעדה יחויב להעביר כל מידע שיידרש לשם ביצוע הבקרה.



מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

3. עקרונות מנחים בתכנון ובניית תפריט שבועי:

- גיוון במרכיבי הארוחה בכל יום ובמשך השבוע.
- תכנון תפריט במרקמי מזון בהתאם למסוגלות האכילה של הילדים.
- שימוש במגוון שיטות בישול: בישול, אידוי, אפייה, צלייה. מומלץ להימנע מטיגון ולהקטין את כמות הסוכר, המלח והשומן במאכלים.
- גיוון צבעים בארוחה: לדוגמה, מרק אפונה, קציצות דגים, אורז אדום ושעועית צהובה.
- התאמה בין המנות המוגשות בארוחה: מנה עם רוטב (לדוגמה קציצות ברוטב עגבניות) תוגש עם תוספת אשר יכולה לספוג את הרוטב (לדוגמה אורז או פירה)
- יישום תפריטים דו שבועיים: תדירות הצריכה של כל מנה בתפריט תהייה אחת ל - שבועיים לכל היותר. כל זאת על מנת להבטיח את כל צורכיהם של הילדים ואת עקרון גיוון המזון.
- צמצום במוצרי מזון מעובדים ומוכנים לשימוש: מוצרי מזון מעובדים מכילים כמויות גדולות של שומן רווי, מלח, חומרים משמרים וצבעי מאכל. אין להגיש יותר ממנה אחת של מזון מעובד במהלך שבועיים.
- הכנסת מזונות לתפריט, שמקדמים אורח חיים בריא בהתאם למדיניות מש' הבריאות ומש' החינוך. הכנסת מזונות אילו לתפריט השבועי, דורשת תהליך הדרגתי של חשיפת התלמידים למרקמים וטעמים חדשים, תוך למידה והסתגלות למגוון חדש של מזונות².

² להרחבה או הפניה לאתרים הבאים:

- א. חוזר מנכ"ל משרד החינוך "הזנה וחינוך לתזונה נכונה במוסדות החינוך", פורסם במרץ 2013 ומציג את מדיניות משרד החינוך בהתייחס להיבטים שונים של תחום התזונה
http://cms.education.gov.il/EducationCMS/applications/mankal/arc/sg3ak2_2_6_1.htm
- ב. "אֶפְשָׁרִי בְּרִיא", התכנית הלאומית לחיים פעילים ובריאים, בהובלת משרד הבריאות, משרד התרבות והספורט ומשרד החינוך
http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Mazkirut_Pedagogit/Briut/Toc_hniyoBriut/EfshariBari/odot.htm

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

- אספקת פירות טריים: לשם עמידה בדרישות הגיוון, יוגשו לפחות 3 סוגים שונים של פרי בשבוע (גודל המנה המומלצת של פירות בנספח מס 5).
- התפריט המומלץ לתלמידים בארוחת צהריים ע"י משרד הבריאות, הינו תפריט בשרי למניעת חסרים בברזל. מומלץ וחשוב שהמסגרות יערכו לקליטת תפריט בשרי לארוחת צהריים.

הזנה בטוחה 1

מערך ההזנה מיועד לתלמידים עם צרכים מיוחדים, חלקם בעלי סיכון גבוה יותר לתחלואה. לכן חשוב להקפיד על אספקת מזון מעסק בעל רישיון עסק ורישיון יצרן, הובלת מזון ברכב בעל רישיון עסק, קבלת מזון במקום ע"י אדם שהודרך לכך, מעקב אחר טמפ' המזון, תנאי הובלה נאותים והקפדה על אריזת מזון תקינה. לפרטים נוספים:



http://www.health.gov.il/Subjects/Environmental_Health/food/Pages/default.aspx

<http://www.health.gov.il/hozer/bsv23052005.pdf>

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

הזנה בטוחה 2

יש להימנע ממאכלים מסוכנים העלולים לגרום לחנק. בחינוך המיוחד, הסכנה לחנק ממזון אינה דווקא תלויה גיל אלא קשורה לבעיות לעיסה או בליעה. יש להתאים את המזון המוגש לכל תלמיד בהתייחס ליכולתו ללעוס ולבלוע את המזון.



מאכלים העלולים לגרום חנק אלו הם מאכלים בגודל קטן, עגולים או קשים. אין לתת לילדים מאכלים כאלה, אלא אם כן מצמצמים את הסכנה הנשקפת מהם בעזרת הפעולות הבאות:

- תפוח עץ, גזר וכל פרי או ירק אחר: יש לחתוך לחתיכות קטנות, או לרסק או לבשל עד שיהיו רכים מאוד, כך שהילד יוכל ללעוס אותם ללא קושי.
- ענבים: יש לחצות לשניים לפני האכילה. אם יש בהם גרעינים, להוציאם.
- נקניקיות?? ונתחי בשר: יש לחתוך אותם לאורכם ולחתיכות קטנות הניתנות ללעיסה.
- סוכריות מציצה: אסור לתת, מאחר והן מסוכנות במיוחד שכן נמצאות זמן רב בפה, ולכן סכנת השאיפה באקראי גדולה יותר.
- פיצוחים: כל סוגי הפיצוחים מסוכנים לתלמידים מתחת לגיל 5 שנים (בעיקר גרעינים ובוטנים במצבם השלם) ולאלו המתקשים בבליעה ובלעיסה.
- פופקורן: מסוכן בשל גודלו, צורת הקצוות שלו ומבנה קליפתו.
- מאכלים מסוכנים נוספים: צימוקים, דגים עם עצמות וכל מזון טחון העלול להכיל חתיכות כמו זיתים או דובדבנים עם חרצנים.
- יש להפעיל שיקול דעת המתחשב בתפקוד התלמידים.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

4. בניית התפריט השבועי ותכנון כמויות המזון וגודלי המנה תעשה על פי הטבלאות המפורטות :

טבלה מס' 1: ארוחת בוקר

טבלה מס' 2: ארוחת ביניים

טבלה מס' 3א': ארוחת צהריים בשרית

טבלה מס' 3ב': ארוחת צהריים פרווה

א. **טבלה מס' 1- ארוחת בוקר:** הטבלה מתארת את התדירות וגודלי המנה הנדרשים של פריטי המזון לכל קבוצת גיל בכל מרכיב של ארוחת בוקר, לשישה ימי פעילות.

גודל מנה להגשה (גרם / מ"ל)				תדירות הגשה בשבוע	פריטי מזון	מרכיבי הארוחה
גילאים (שנים):						
14-21	9-13	6-8	3-5			
50	50	30	25	4	גבינה / גבינת קוטג'	מוצרי חלב
200	180	150	150	1	חלב / שוקו על חלב (מ"ל)	
150	150	125	200	1	יוגורט / יוגורט עם פרי / לבן / מעדן חלב (מ"ל)	
30	30	15	15	1	גבינה צהובה / מלוחה / גבינה מותכת	
60	60	60	30	2	ביצה קשה / חביתה	תוספות וממרחים
30	30	30	25	1	טונה / סרדינים	
20	20	20	25	1	חומוס	
20	20	20	15	2	אבוקדו / טחינה	
90	60	60	30	5	לחם אחיד*1 / לחמנייה / פיתה / חלה	דגנים*2
60	45	30	30	1	דגני בוקר (לא ממותקים)*1	
150	150	100	100	6	ירקות חיים מגוונים*2	ירקות

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

דגשים לטבלה מס' 1:

*1 מומלץ להכניס לתפריט בהדרגה לחם מקמח מלא, ולהעדיף דגני בוקר "מלאים" שאינם ממותקים.

*2 יש להתאים את התפריט למרקם דייסתי:

ירקות טריים- יש לרסק או לטחון בהתאם למרקם הנדרש.

דגנים: יש להגיש דייסות מגוונות עם חלב (לדוגמא: דייסת סולת, שיבולת שועל, קמח תירס...)

אופן הגשת מזון במרקם דייסתי: יש להעדיף ככל הניתן הגשת כל מזון בנפרד, ולא כתערובת. זאת כדי לאפשר לתלמיד ליהנות מטעמים מגוונים של המזון.

ב. טבלה מס' 2- ארוחת ביניים: הטבלה מתארת את התדירות וגודלי המנה הנדרשים של פריטי המזון לכל קבוצת גיל מכל מרכיב של ארוחת בוקר בשישה ימי פעילות.

גודל מנה להגשה (גרם / מ"ל)				תדירות הגשה בשבוע	פריטי מזון	מרכיבי הארוחה
14-21	9-13	6-8	3-5			
גילאים (שנים):						
60	60	30	30	5	לחם אחיד*1 / לחמניה / פיתה	דגנים*2
30	30	20	20	4	גבינה לבנה / גבינת קוטג' / סלט טחינה / סלט חומוס / אבוקדו	ממרח א'
20	20	15	10	1	טחינה עם קקאו או דבש / ממרח בוטנים / ריבה / שוקולד	ממרח ב'
100	100	80	50	1	עוגה	עוגה
1	1	1	1	6	פרי העונה (מנה) – גיוון של לפחות 3 סוגים שונים בשבוע	פירות*2
150				6	יוגורט / חלב / מעדן חלב / יוגורט עם פרי / שוקו (מ"ל)	מוצרי חלב ניגר

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

דגשים לטבלה מס' 2:

*1 מומלץ להכניס לתפריט בהדרגה לחם מקמח מלא

*2 יש להתאים את התפריט למרקם דייסתי:

פירות טריים- יש לרסק או לטחון בהתאם למרקם הנדרש.

דגנים: יש להגיש דייסות מגוונות עם חלב (לדוגמא: דייסת סולת, שיבולת שועל, קמח תירס...)

אופן הגשת מזון במרקם דייסתי: יש להעדיף ככל הניתן הגשת כל מזון בנפרד, ולא כתערובת. זאת כדי לאפשר לתלמיד ליהנות מטעמים מגוונים של המזון.

ג. טבלה מס' 3א'- ארוחת צהרים בשרית הטבלה מתארת את התדירות וגודלי המנה הנדרשים של פריטי המזון לכל קבוצת גיל מכל מרכיב של ארוחת צהריים בשרית בחמישה ימי פעילות.

גודל מנה להגשה (גרם)				תדירות הגשה בשבוע	פריטי מזון	מרכיבי הארוחה
14-21	9-13	6-8	3-5			
גילאים (שנים):						
95	80	70	60	5	ירקות עם קטניות (משקל נטו ירק וקטניות) *1	מרק
135	135	110	90	1	חזה הודו / חזה עוף	מנה עשירת חלבון (משקל לפני בישול)
240	240	200	160	1	כרעיים עוף (עם עור ועצמות)	
150	150	125	100	1	טחון – הודו/ בקר *2	
135	135	110	100	1	שניצל עוף	
180	180	144	120	1	דג ללא עצמות (פילה)	

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

גודל מנה להגשה (גרם)				תדירות הגשה בשבוע	פריטי מזון	מרכיבי הארוחה
גילאים (שנים):						
14-21	9-13	6-8	3-5			
75	63	50	50	1	אורז	דגנים (משקל לפני בישול)
53	44	35	35	1	בורגול / קוסקוס	
90	80	80	80	1	פסטה	
60	50	40	40	1	גריסים / כוסמת	
255	213	170	170	1	תפוז"א / תירס	
185	185	125	120	3	מבושלים או מאודים	ירקות (משקל לאחר הכנה)
165	165	110	100	2	ירקות חיים מגוונים	
1	1	1	1	5	פרי העונה (מנה) ^{3*}	פירות

דגשים לטבלה מס' 3א:

^{1*} הרכב המרק כולל ירקות עם קטניות כמו, חומוס, שעועית יבשה, פולי סויה, עדשים, אפונה יבשה. דוגמאות למרקים, (לפי טבלה מס' 5).

^{2*} טחון (הודו/בקר)- המשקלים המצוינים מתייחסים לכמות הבשר ללא תוספות.

^{3*} גודל המנה המומלצת של פירות לפי סוגי פרי שונים, כמפורט בטבלה מס' 6.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

ד. טבלה מס' 3 ב' - ארוחת צהריים ללא בשר (פרווה / חלבי) - מנה עשירה בחלבון

המנות עשירות החלבון המפורטות להלן מחליפות את המנות הבשריות בתוך טבלת ארוחת הצהריים הבשרית. שאר מרכיבי הארוחה יהיו כמו בארוחה הבשרית.

גודל מנה להגשה (גרם) - משקל לאחר בישול				תדירות הגשה בשבוע	סוג מנה עשירת חלבון (פרווה)
גילאים (שנים):					
14-21	9-13	6-8	3-5		
150	140	120	100	2	קטניות (שעועית יבשה, עדשים, אפונה, חמוס) או כדורי פלאפל או פשטידת גבינה / לזניה גבינות
150	140	120	100	1	קציצות / גולש מפתיתי סויה / טופו
150	140	120	100	1	שניצל/קבב/המבורגר/נקניקיות מהצומח
180	180	144	120	1	דג ללא עצמות (פילה) מבושל / קציצות דג מבושלות - משקל לפני בישול

דגשים לטבלה מס' 3ב':

- מזון מעובד או חצי מוכן יוגש לא יותר מפעם בשבוע
- מזון מעובד יכיל לפחות 14 גרם חלבון ל-100 גרם מוצר מזון.
- יש להעדיף שהכנת המזון תעשה בבישול ואפיה ולא בטיגון.
- בארוחה צמחונית יש לתת ירק או פרי עשיר בוויטמין C לשיפור ספיגת הברזל שמקורו בצומח.
- מנות אלו מחליפות מנות בשר בארוחת הצהריים הבשרית. יתר מרכיבי הארוחה יקבעו לפי טבלה מס' 3א'.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

תכשירי מזון ייעודי (תמ"י) להזנה מלאה (בעזרת צינור הזנה):

במסגרות החינוך המיוחד לומדים תלמידים הזקוקים להזנה של תחליפי מזון ייעודי- תמ"י (פורמולות), המותאמות לכל תלמיד באופן אישי ובאישור רופא/דיאטנית קלינית.

להלן ההנחיות להפעלת ההזנה, במסגרות הזכאיות להזנה בחינוך המיוחד על פי חוזר מנכ"ל תשע"ו, לרכישת תחליפי המזון עבור תלמידים אלו ע"י הבעלויות על מסגרות החינוך, בהן הם לומדים:

1. תעריף ההזנה עבור כל תלמיד יועבר על ידי משרד החינוך אל הבעלות על המסגרת החינוכית בה לומד התלמיד. תעריף ההזנה משולם למסגרות על פי מספר ימי הלימוד בפועל בשנה ומספר התלמידים הזכאים להזנה במסגרת הלימודית. התעריף אינו משולם עבור הזנה בימי הארכת שנת הלימודים בחינוך המיוחד (אין הזנה בחינוך המיוחד המהלך הפעילות החופשית).
2. מנהל המת"א יעביר לכל רשות את רשימת התלמידים הזקוקים להזנה אנטרלית, על פי הרשימה שאושרה על ידי האגף.
3. עם תחילת שנת הלימודים יקבל מנהל המסגרת החינוכית לידיו, מההורים, את תכנית התזונה העדכנית של התלמיד, החתומה ע"י רופא/דיאטנית קלינית. התוכנית תכלול את סוג וכמות המזון הייעודי שיינתן לתלמיד במהלך שהותו במסגרת.
4. המסגרת החינוכית של התלמיד תרכז את מסמכי תכנית התזונה עבור הבעלות. מסמכי התלמידים, חתומים ע"י דיאטנית קלינית /רופא, יועברו באישור ההורים, על ידי מנהל המסגרת החינוכית אל הממונה בבעלות.
5. אופן הזמנת המזון ודרך אספקתו ייקבעו על ידי הבעלות בתאום עם המסגרת ובלבד שארגון ההזנה יבטיח אספקה רציפה ומותאמת לתלמיד, במסגרת התקציב המועבר.
6. עבור תלמידים הניזונים בהזנה אנטרלית (בעזרת צינור הזנה) יירכשו על ידי הבעלות תחליפי מזון ייעודיים (תמ"י), על פי תכנית התזונה העדכנית, חתומה על ידי דיאטנית קלינית/רופא, שתועבר על ידי ההורים.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

7. לרשות מסגרות החינוך והבעלות עומד רופא התלמיד בקהילה ו/או רופא המסגרת וכן הרופא המחוזי.
8. כל קבלת פניה לקבלת מידע מגורם חוץ ייעשה באישור חתום של ההורים ובשיתופם.
9. ניתן להתייעץ עם הדיאטנית הראשית של חברת פמיפרמיום.

דוגמא

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

נספח 1: דוגמא לתפריט שבועי לארוחת צהריים בשרית

ו	ה	ד	ג	ב	א	יום מרכיב ארוחה	ארוחה
גבינת קוטג'	חלב	גבינה לבנה	גבינה צהובה	גבינת קוטג'	גבינה לבנה + עשבי תבלין	מוצרי חלב	ארוחת בוקר
טונה	אבוקדו	חביתת עשבי תבלין	טחינה	ביצה קשה	סלט חומוס	תוספות וממרחים	
לחם מקמח מלא	לחם, קורנפלקס	לחם	פיתה	לחם מקמח מלא	לחם	דגנים	
סלט גזר חי	סלט ירקות קצוץ	סלט כרוב וגזר	סלט מלפפון בשמיר	פרוסות ירקות מגוונים	סלט ירקות	ירקות	
מים	מים	מים	מים	מים	מים	שתייה	
*במרקמים רך ודייסתי יוגשו פירות טריים מגוררים או מרוסקים (להכנה בסמוך לארוחה במסגרת החינוכית) **תוספת לגילאי 14 עד 21. ***ביום שישי תוגש ארוחת ביניים כשעה לפני סיום יום הלימודים.	גזר עם אפונה יבשה	עגבניות עם שעועית לבנה	ירקות מעורבים עם חומוס	דלעת עם עדשים כתומים	ירקות מעורבים עם שעועית חומה	מרק	ארוחת צהרים
	שניצל עוף	רולדת הודו ברוטב	קציצות בקר ברוטב עגבניות	חזה עוף בדבש	קציצות דג	מנה עשירת חלבון	
	קציצות עוף	קציצות הודו ברוטב		קציצות מעוף ברוטב		מרקם רגיל	
	אורז צהוב	כוסמת עם בצל	קוסקוס	פירה תפו"א	פסטה ברוטב עגבניות	מרקם רך	
	קישואים ברוטב	שעועית ירוקה	סלט עגבניות	סלק מבושל	גזר גמדי	דגנים	
	תפוח עץ	משמש	בננה	אפרסק	אגס	ירקות	
	מים	מים	מים	מים	מים	פירות*	
						שתייה	
עוגה	לחמניה	לחם	לחם	לחם	לחם מקמח מלא	דגנים	ארוחת ביניים
	סלט חומוס	טחינה	גבינת קוטג'/לבנה	סלט אבוקדו	טחינה עם קקאו	ממרח א'ב/עוגה	
	בננה	סלט פירות	נקטרינה	שזיפים	סלט פירות העונה	פירות*	
	חלב	יוגורט	מעדן חלב	יוגורט עם פרי	יוגורט	מוצרי חלב ניגר**	
מים	מים	מים	מים	מים	מים	שתייה	

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

נספח 2: טופס למילוי התפריט השבוע

שם מסגרת: _____ תאריכים: _____ שנה: _____

ו	ה	ד	ג	ב	א	יום		ארוחה	
						מרכיב ארוחה	יום		
							מוצרי חלב	ארוחת בוקר	
							תוספות וממרחים		
							דגנים		
							ירקות		
							שתייה		
*במרקמים רך ודייסתי יוגשו פירות טריים מגוררים או מרוסקים (להכנה בסמוך לארוחה במסגרת החינוכית) **תוספת לגילאי 14 עד 21. ***ביום שישי תוגש ארוחת ביניים כשעה לפני סיום יום הלימודים.							מרק	ארוחת צהרים	
							מרקם רגיל		מנה עשירת חלבון
							מרקם רך		
							דגנים		
							ירקות		
							פירות*		
							שתייה		
						דגנים		ארוחת ביניים	
						ממרח א'ב'עוגה			
						פירות*			
						מוצרי חלב ניגר**			
							שתייה		

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

נספח 3 : דוגמא לטופס הזמנת מנות מזון

שם בית הספר _____

סה"כ מס' מנות לכיתה	*מס' מנות מנות מיוחדות	מספר מנות		קבוצת גיל (לקביעת גודל מנה)	כיתה
		מרקם רך*	מרקם רגיל		
					א
					ב
					ג
					ד
					ה
					ו
סה"כ:				סה"כ מס' מנות לפי סוג מרקם	

*מנות מיוחדות, לפי דרישת המסגרת. דוגמאות: מנה צמחונית / שניצל / עוף מבושל / נטול גלוטן

- מתייחס למנה העיקרית ולפרי

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

נספח 4: הרכב מרקם נבחרים (כמות המוצרים ל- 200 מ"ל נוזל) ³

משקל בגרם לפני בישול למנה	חומרי גלם	שם המרק
20 7 50 2.50	אפונה יבשה שיבולת שועל ירקות מעורבים שמן	אפונה
30 50 2.5	אפונה ירוקה ירקות מעורבים שמן	ירקות ואפונה או עדשים
60 15 2.5	ירקות מעורבים חומס גרגירים שמן	ירקות וחומס גרגרים
10 5 50 2.5	חומס גרגירים גריסים ירקות שמן	חומס עם גריסים או שיבולת שועל או סולת
20 15 20 2.5	עגבניות רסק עגבניות עדשים שמן	עגבניות עם עדשים
20 10 10 30 2.5	שעועית יבשה אורז רסק עגבניות ירקות מעורבים שמן	שעועית עם רסק עגבניות

³ מתוך: מדריך הזנה לחינוך המיוחד גילאים 6-21 (2007), המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף חינוך מיוחד

נספח 5: גודלי מנה לפירות⁴

הפרי	גודל מנה	משקל עם קליפה וגרעין (גרם)
אגס	1 בינוני	120
אבטיח ללא גרעינים	2 כוסות	370
אפרסק	2 בינוניים	150
בונה	1 בינונית	90
מלון*	1/3 מלון	180
משמש	4 בינוניים	140
מנגו	1/2 קטן	140
נקטרינה	2 בינוניים	140
סלט פירות ללא תוספת סוכר	1 כוס	170
פומלה*	1/2 בינונית	300
קלמנטינה*	2 יחידות	150
שזיף	4 בינוני	140
תפוז*	1 בינוני	150
תפוח עץ	1 בינוני	120
תות שדה*	1 כוס	150
*הדרים להגיש ללא גרעינים		

⁴ מתוך: מדריך הזנה לחינוך המיוחד גילאים 6-21 (2007), המחלקה לתזונה, שירותי בריאות הציבור, משרד הבריאות.