

משלוח מנות מפרגן ו... בריא!

צוות חינוכי, ועד הורים והורים יקרים -
אפשר אחרת! לפניכם רעיונות למשלוחי מנות בריאים, מקיימים וטעימים

משלוחי מנות חידתיים ומשמחים, כדי
שנהנה מהמנהג, ועם זאת, נשמור על
הבריאות ועל החוסן הנפשי והפיזי

רעיונות בריאים

ופרקטיים למשלוחי המנות

(לחצו למעבר לקובץ רעיונות למשלוחי מנות למשפחות ולילדים)



אביזרים
לפורים



מארז
חותכנים לעוגיות



ערכה
להכנת סלט



ערכה להכנת
מיץ תפוזים



מארז
פירות חתוכים



עוגיות ביתיות
ובריאות יותר

ויש חוברת מתכונים בריאים (יותר) לפורים

*במידה ואתם רוכשים מארזי מתקנים או מארזים מגוונים ויצירתיים לכל התלמידים, פנו
לספק ובקשו מארז על פי ההמלצות. במידה וכל תלמיד מביא משלוח מנות/כיתה אחראית
על הכנת משלוחי המנות - בקשו מארז לפי ההנחיות.

עקרונות מנחים למשלוח המנות

איכות על כמות
הקטינו את גודלי החטיפים
וכמותם במשלוחי המנות: משלוח
מנות קטן עד 2-3 מוצרים



אלרגנים
התחשבות באלרגיות
ורגישויות שונות



הפתעות
ניתן להוסיף הפתעות
משמחות ולא אכילות



צניעות ואחידות
משלוחים צנועים
מספר מוצרים שווה לכולם



קיימות
כמה שפחות פלסטיק
ואריזות ניילון



ללא צבע מאכל
ממתקים וחטיפים ללא צבעי
מאכל, רשימת רכיבים קצרה וללא
סיכונים אדומים עד כמה שניתן.



ערך
הכנת אריזה, מתנה קטנה, ברכה
ע"י הילדים, רכישה מיצרן מקומי.



ללא שתיה מתוקה
בשקית / בכחית / בבקבוק
שתיה



הכנה עצמית
ניתן לאפות ולהכין יחד עם
הילדים מאפים/עוגיות על בסיס
קמח מלא/כוסמין מלא



לחוברת
"חוגגים את זה -
פורים"

להנחיות משרד
הבריאות למשלוחי
מנות במוסדות חינוך