



בס"ד

**מנה בריאה, מזינה ואיכותית לאזרחים הוותיקים, בתקופת התפשטות נגיף קורונה**

בפרויקט של משרד הרווחה הזנה בריאה לאזרחים ותיקים, בו ספקי תכנית ההזנה הלאומית של משרד החינוך התגייסו לסייע, מסופקת מנה מבושלת שהוקפאה מיידית בתהליך מבוקר. (לא ניתן לספק מנה חמה בשל הערכות אחראית של בטיחות מזון ובהתייעצות עם משרד הבריאות (שירות המזון ואיכות הסביבה).

**המנה כוללת:**

**מנה עיקרית עשירה בחלבון:** עוף, שווארמה (חזה עוף או הודו), קציצות בקר, קציצות עוף, קציצות דג, או שניצל.

**מנת תוספת העשירה בפחמימה:** אורז, פסטה, תפוז, קינואה, קוסקוס או פתיתים וכדו'.

**מנת ירק מבושל:** קישואים, גזר מבושל, שעועית ירוקה ועוד.

לכל חמגשית יסופקו גם ירקות חיים ואחת לשבוע 1/2 כיכר לחם מלא.

**התאמת המנות לאוכלוסייה המבוגרת ולהיקף הפעילות:**

התפריט תואם עם דיאטניות בכירות: נציגת משרד הבריאות יוספה כחל, נציגת משרד הרווחה סיגל ישראלי ודיאטנית משרד החינוך.

המנות דלות בנתרן, ללא תוספת סוכר ומבושלות במעט שמן קנולה.

נבנה תפריט מגוון ומזין המתאים לטעמים של האוכלוסייה המבוגרת עד כמה שניתן, ומתאים לתחלואה בגיל המבוגר. כך לדוגמא, השתדלנו במנות רבות להחליף את התפריט של הילדים למנות רכות מותאמות, כמו תירס שהוחלף לקישואים מבושלים או לגזר מבושל. בנוסף, המנות העיקריות הן מתוך רשימה של מוצרים איכותיים, מנתח בשר שלם ולכן עם אחוז חלבון גבוה.

ניתנה תשומת לב מיוחדת לייצור מנה טעימה מזינה ואיכותית.

ועם כל זאת בשל ההתראה הקצרה וההתארגנות במשק בזמן משבר, לא כל המלאים מסופקים למטבחים (ייצור ואספקה - ל 110,000 אזרחים ותיקים; מנות לפסח בהיקף גדול של כ-מליון ו- 200,000 מנות!), לכן הותאמו התפריטים למלאים אצל היצרנים.

התפריט הוגמש למציאות בשטח ומקווים שיהיה לשביעות רצונכם.

**בברכה ובאיחולי בריאות טובה!**