

תפריט כיוונים - שבוע א'

סוג המנה	יום א'	יום ב' -	יום ג' -	יום ד'	יום ה'
בשרי	שניצל מנתח שלם	בולונז	שוקי עוף בגריל	שניצל מנתח שלם	שוקי עוף ברוטב
פחמימה	אורז	פסטה	קוסקוס	פתיתים	בורגול
ירקנית	שעועית ירוקה ברוטב אדום	גזר גמדי	ירק לקוסקוס	אפונה וגזר	לקט ירקות
סלט	ירקות	מלפפון פלחים	סלט כרוב לבן	כרוב אדום	סלט ירקות
צמחוני	פלאפל ביתי אפוי	חומוס גרגירים ברוטב אדום	שעועית לבנה ברוטב	עדשים ברוטב	חומוס גרגירים ברוטב אדום
צליאק	שוקיים	שניצל	קציצות בקר	שוקיים	חזה עוף
מנה אחרונה	חלבה	פרי	פרי	פרי	חלבה
לחם	לחם מלא	לחם מלא	לחם מלא	לחם מלא	לחם מלא

