

הצעה

משלוחי חנות בריאים

משפחות יקרות,
לקראת חג הפורים לפניכם מספר רעיונות למשלוחי
חנות בריאים, מקיימים וטעימים

ניתן לחשוב על רעיונות יצירתיים עם תרומה לקהילה ולאחדות:
משלוח אחיד לכל הקהילה הכולל פירות וירקות מתוצרת מקומית, תרומת משלוחים
בריאים ומאוזנים לחיילים, משלוחים בריאים לקהילות שכנות.

משלוחי חנות למשפחות

משלוחי חנות לילדים בקהילות בהן נהוג שהילדים מחלקים משלוחי חנות בשכונה,
הנה מספר עקרונות שתוכלו ליישם בתיאום עם שאר ההורים:

לחמניות ביתיות

מכינים לחמניות ביתיות, ומגישים לצד
ממרחים או סלטים כגון: מטבוחה, ממרח
זיתים, פסטו, חמוס, טחינה, חצילים,
זיתים, ירקות מוחמצים, סלט ירקות.



מאפי פירות חתוכים

לחגש הפירות ניתן להוסיף מטבל
שוקולד מריר מומס, תמרים ואגוזים
או כדורי תמרים ביתיים.



ארוחת בוקר אפרטת

חגש ובו לחמים לבחירתכם, חביתת
ירק, גבינות, טונה, טחינה + סלט ירקות
או ירקות חתוכים.



שיפודי פירות

מפירות העונה, אפשר לארוז מספר
שיפודי פירות בתוך ספל כמו עציץ.



משלוח פורח

עציץ / שתיל עם צמחי תבלין +
עוגיות ביתיות.



חולני

צנצנת עם גרנולה ביתית + יוגורט
טבעי. תוספות: פירות חתוכים, תותים,
מטבל שוקולד מריר או סילאן, קוקוס,
חמוציות, אגוזים שונים.



מסלול אנרגיה

פירות יבשים + אגוזים, שקדים
ופיצוחים מסוגים שונים, כדורי
תמרים.



מגש עוגיות ביתיות

מגוון עוגיות ביתיות אהובות,
בקופסה או מגש.



מסלול בעל ערך חברתי

לדוגמה: סל ירקות מקומי, מארזי מוצרים
מעסקי משרתי חילואים או מעסקים
בדרום / צפון הארץ.



מארז קפה

ספל קפה + אבקת נס קפה +
עוגיות / עוגה ביתית בטעם קפה.



מארז תבלינים צהעוני

חס' קופסאות של תבלינים
מגוונים ארוזים.



פלאפל

פיתות קטנות מקמח מלא + כדורי
פלאפל + טחינה, חומס, חמוצים,
סלט ירקות.



חליטות תה

מגוון חליטות תה שונות. אפשר
להוסיף עוגיות ביתיות.



פנקייקים/וופל בלגי

פנקייקים או וופל בלגי ביתי,
לצידו פירות חתוכים ומטבל
שוקולד מריר מומס.



מסלול קנוי

במידה ואתם מעוניינים להכין
משלוח מנות מוצרים קנויים, הנה
רשימת מוצרים שתוכלו להרכיב
לטובת משלוח מנות מפרגן ובריא.
בקבוק יין, שמן זית, צנצנת דבש/
סילאן, תמרים, אגוזים/שקדים,
ממרחי אגוזים, טחינה, חמאת
בוטנים, תיונים, שוקולד מריר.



קרקרים + מטבלים

קרקרים ביתיים + מטבלים
לבחירתכם - גבינה, חומס,
טחינה, פסטו.



עוגה ביתית

עוגה ביתית + בקבוק יין.



משלוחי חנות לילדים

משלוחי חנות לילדים בקהילות בהן נהוג שהילדים מחלקים משלוחי חנות בשכונה, הנה מספר עקרונות שתוכלו ליישם בתיאום עם שאר ההורים.



הכנה עצמית

ניתן לאפות ולהכין יחד עם הילדים מאפים/עוגיות על בסיס קמח חלא/כוסמין חלא



ללא צבע מאכל

ממתקים וחטיפים ללא צבעי מאכל, רשימת רכיבים קצרה וללא סימונים אדומים עד כמה שניתן



איכות על כמות

הקטינו את גודלי החטיפים וכמותם במשלוחי החנות- משלוח חנות קטן, עד 2-3 חוצרים



בלי להשלים

אפשר להכין משלוח ל-1-2 חברים



אלרגנים

התחשבות באלרגיות ורגישויות שונות



קיימות

כמה שפחות פלסטיק ואריזות ניילון



הכנה משותפת

מפגש של הילדים יום קודם, הכנה ביתית של עוגה / עוגיות / לחמניות או כל מה שתחליטו, הילדים יכינו אריזות וברכות אישיות, ולמחרת כל ילד מביא לחבר אחר את משלוח החנות שהכין



ערך

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



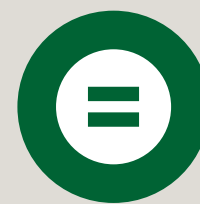
הפתעות

ניתן להוסיף הפתעות משמחות ולא אכילות



ללא שתיה מתוקה

בשקית / בפחית / בבקבוק שתייה



צניעות ואחידות

משלוחים צנועים, מספר מוצרים שווה לכולם



אביזרים
לפורים



מארז
חותכנים לעוגיות



ערכה
להכנת סלט



ערכה להכנת
סיף תפוזים



מארז
פירות חתוכים



עוגיות ביתיות
ובריאות יותר

רעיונות
בריאים
למשלוחי
חנות