

## הרצליה עיר בריאה לילדים



**לאכול בריא – לגדול בריא!!**

### תוכנית התזונה העירונית

**הורים יקרים,**

בהרצליה פועלת מזה 5 שנים תוכנית תזונה עירונית, הבאה להבטיח איכות תזונתית ותברואתית מצוינת של המזון המוגש בארוחת צהריים ולקדם הרגלי אכילה נאותים וחינוך לאורח חיים בריא – עבור הילדים והצוותים החינוכיים;

**תוכנית התזונה העירונית** מובילה ארצית ופועלת בראש ובראשונה בשיתופכם - ההורים והצוותים החינוכיים אשר באים במגע ישיר עם הילדים, מפעילי הצהרונים, הנהלת העירייה ומחלקותיה, משרדי הממשלה ובניהולה המקצועי של מחלקת הבריאות העירונית, בה פועל צוות של תזונאיות קליניות אשר עובד רבות על מנת להביא ליישום את הנחיות והמלצות משרד החינוך והבריאות בתחום התזונה והבריאות ואשר מלווה את השטח להצלחת התוכנית – שילדנו יגדלו להיות **בריאים וחזקים**, ויהנו מארוחת צהריים מזינה, טריה ובריאה מידי יום.

**התפריט** - התפריט עשיר, מגוון ובריא, דו-שבועי, דל בסוכרים, מלחים ובשומנים, עשיר בחלבון איכותי, דגנים מלאים וקטניות, עשיר בירקות ופירות טריים וצבעוניים. התפריט נבנה ע"י תזונאית קלינית, מותאם לילדים ובשיתוף ההורים

- ✓ **מגוון עשיר של מנות** – בכל יום מוצעת לילדים בחירה ממגוון של מזונות שונים וצבעוניים. בכל יום הילדים נחשפים **לכל** קבוצות המזון, לקבלת ארוחת צהריים מאוזנת ומזינה
- ✓ **בחירת חומרי הגלם האיכותיים ביותר** – העשויים מחומרי גלם טבעיים בלבד, לא מעובדים!
- ✓ **קיום מערך פיקוח ובקרה צמוד ומקצועי** שמופעל באופן שוטף, על כלל מערך המזון, מהנקודה בה מיוצר המזון- במטבח ועד הנקודה בה מוגש המזון- בצהרון להבטחה של איכות המזון בכל עת
- ✓ **התאמת מנות מיוחדות** – צוות התזונה הקליני מתאים מנות מיוחדות עבור ילדים בעלי מצבים בריאותיים מיוחדים, לרבות; ילדים אלרגיים, סוכרתיים, בררנות של מזון ועוד.

**לא פלסטיק!** בהרצליה מקדמים תזונה מקיימת, האוכל החם מגיע לצהרונים בכלי אוכל רב פעמיים מסוג נירוסטה והילדים אוכלים בצלחות וסכו"ם רב פעמיים

**הדרכות מקצועיות** – צוות התזונה מעביר לאורך השנה הדרכות מקצועיות לצוותים החינוכיים ולילדים להגברת הידע והמודעות לתזונה נבונה, להטמעת הרגלי אכילה נכונים ובחירה מושכלת של מזונות

לפרטים נוספים ובכל שאלה או בקשה בנוגע למזון, תזונה ובריאות, צוות התזונאיות הקליניות שלנו באגף החינוך, מחלקת הבריאות העירונית בניהולו של **עדי חמו** ישמח לעזור!

**הדס לרר | אמילי גוזלן | מורן שומרת**

ניתן ליצור עמנו קשר בפייסבוק, באתר העירוני ובטלפון: 09-9705206

כל המידע על מחלקת הבריאות העירונית באתר: [www.herzliya.muni.il/health](http://www.herzliya.muni.il/health)