

25.71x14.96	1	13	עמוד	13/03/2023	85327813-7
נה רשת בתי ספר ומכללותאמונה תנועת האשה הדתית לאומי - 80888					

המנהלת ימית עם הילדים במעון אמונה בדרום ת"א צילום: גדעון מקוביץ'



"הבריאות מעל לכל": מהפכה במטבח לגיל הרך

ביותר מ-100 מעונות של תנועת אמונה החליטו לזנוח את המאכלים המזיקים • לצד השקת ספר מתכונים למבשלות, הוחלט להוציא מהתפריט קורנפלקס, סוכר לבן ועוד • בפנים, בין היתר: סויה ולחם מלא

הרכורמה התזונתית

בחוי	בפנים
 קורנפלקס	 סוכר
 סוכר לבן	 סויה
 קמח לבן	 לחם מלא
 אוכל מעובד	 דגנים 50% מלאים
 אבקות מרק	 קטניות
 חמוס מתונש	

חראיות על ארוחות הצהריים של הילדים, שאת רוב הארוחות שלהם במהלך היום אוכלים במעורבות. לצידין היו גם מנהלות המעונות, יו"ר תנועת אמונה יפעת סלע והמנכ"ל דוד הדרי.

לדברי מאיה וזנה, מנהלת האגף לגיל הרך בתנועה, "מדובר באירוע מרגש ממש. אנו עמלים על המהלך הזה זמן רב, וגאים להיות המובילים בתחום המזון הבריא לגיל הרך". רחל בסיל, מבשלת ומטפלת במעון אמונה בת"א: "מבחינתי, הפעושות הם כמו הילדים הפרטיים שלי, וכמו שהבריאות של הילדים שלי היא מעל לכל – כך חשובה לי גם הבריאות של הפעושות.

"לכן, ההחלטה לעבור לתפריט של מתכונים בריאים היא זכות מיוחדת עבורי ועבור כל אחת מהמבשלות. אוכל בריא, מגוון ומזין יותר הוא משמעותי מאוד כבר בגילים האלו, ואני יכולה גם להגיד – הוא אפילו טעים יותר".

עש ועוד. במקום זה נכנסו לתפריט טופו, סויה, לחם מלא, יותר סוגי קטניות ועוד. כמו כן, ספר המתכונים יחולק גם להורים, על מנת שגם בבית יוכלו לבשל ולאפות את המתכונים האהובים.

למהלך יש כמה מטרות, וביניהן – לחשוף את הפעושות למגוון רחב יותר של טעמים, מתוך הבנה כי השקעה והקפדה על תזונה בריאה כבר בגיל צעיר היא קריטית ביחס להשמנה או למחלות בעתיד.

התהליך נעשה יחד עם התזונאית נטע אמי"רי במהלך השנה האחרונה, ואחת המטרות שלו היא לאזן בין רמת החלבונים לרמת הפחמימות המומלצות בגיל הרך.

בשבוע שעבר נערך כנס שאליו הגיעו 110 המבשלות במעונות שא-

נועם (דבול) דביר

הרגלים בריאים מגיל צעיר: בימים אלו, כ-110 מעונות היום של תנועת אמונה, שבהם מתחנכים יותר מ-6,000 תינוקות וילדים עד גיל 3, החליטו לזנוח עשרות מאכלים לא בריאים ולהגיש לארוחות הבוקר והצהריים ארוחות בריאות בלבד.

התנועה השיקה ספר מתכונים חדש, וכל המבשלות במעונות אמורות לבשל את ארוחות הילדים רק על פיו. בין היתר הוציאו מהתפריט היומי את הקורנפלקס, הסו"כר הלבן, הקמח הלבן ואוכל מעובד לסוגיו, אבקות מרק, חמוס מתו"



10.41x12.19	1	עמוד 9	471 שמחבר	09/03/2023	85323148-4
אמונה רשת בתי ספר ומכללו - 80888					



← עדי וייטפילד

האגף לגיל הרך בעיריית פתח תקווה בשיתוף רשת מעונות היום אמונה ערכו אירוע לקראת פורים משותף לעובדי הרשת בפ"ת. האירוע התקיים במתנ"ס אחדות.

ראש העיר רמי גרינברג ברך את הצוותים ואמר "עיריית פתח תקווה, הינה מבין הרשויות הבודדות שמקצות משאבים עירוניים ואגף ייעודי לטובת מתן מענה מיטבי במעונות היום. אני מודה למנהלת האגף לגיל הרך צפנת יפת ולהנהלת אמונה, נמשיך לפעול בשיתוף פעולה למען ילדי הגיל הרך בפתח תקווה בכל היבט שידרש."