בס"ד

תפריט שבת משפחות

ערב שבת

סלטים סעודה ערב שבת(לבחירה 5 סוגים)

1. גזר מזרחי
2. כרוב אדום במיונז
3. כרוב לבן בעשבי תיבול
4. חציל במיונז
5. מטבוחה פיקנטי
6. סלק אדום
7. חציל קלוי
8. חומוס
9. טחינה.
10. סלט חסה ועגבניות שירי
11. סלט בורגול
12. טבולה
13. סלט עלי ביבי (במידה ויש בעונה)
14. סלט ירוק אם חמוציות

מנה ראשונה ערב שבת (לבחירה סוג אחד , נא לבחור או דגים או בשר):

1. חומוס בשר מוגש למרכז השולחן
2. דג – פילה מושט ברוטב מזרחי
3. דג פילה מושט בעשבי תיבול
4. דג סלומון חרדל ודבש –בתוספת תשלום של 15 שקל למנה
5. בורקס בשר +רוטב פיטריות

מנה שניה (לבחירה סוג אחד)

1. מרק ירקות+ שקדי מרק
2. מרק גרונות /מרק קובות בשר + שקדי מרק

מנה עיקרית – ערב שבת (לבחירה 2 סוגים)

1. כרעיים צלוית בתנור
2. פרגיות בעשבי תיבול
3. צלי בקר ברוטב פטריות
4. שניצל הודו

<u>תוספת לבחירה ערב שבת (לבחירה 3 סוגים):</u>

1. אורז לבן
2. אורז ירוק בעשבי תיבול
3. קוסקוס+מרק
4. תפוחי אדמה ברוזמרין ושמן זית
5. תפוחי אדמה ובטטה
6. שעועית מוקפצת

<u>מנה אחרונה</u>

1. פרי
2. עוגה פרווה

<u>שבת בוקר</u>

<u>סלטים סעודה שבת בוקר (לבחירה 5 סוגים)</u>

1. גזר מזרחי
2. כרוב אדום במיונז
3. כרוב לבן בעשבי תיבול
4. חציל במיונז
5. מטבוחה פיקנטי
6. סלק אדום
7. חומוס
8. טחינה.
9. סלט חסה ועגבניות שירי
10. סלט ירקות
11. סלט בורגול
12. חציל קלוי
13. סלט עלי ביבי
14. סלט טבולה
15. סלט ירוק אם חמוציות

<u>מנה ראשונה שבת בוקר (לבחירה סוג אחד , נא לבחור או דגים או בשר):</u>

1.חומוס בשר מוגש לשולחן

2. דג – פילה מושט ברוטב מזרחי

3. דג פילה מושט בעשבי תיבול
4. דג סלומון חרדל ודבש –בתוספת תשלום של 15 שקל למנה
5. חמין בשרי /פרווה
6. בורקס בשר +רוטב פיטריות

<u>מנה עיקרית –שבת בוקר (לבחירה 2 סוגים)</u>

1. כרעיים צלוית בתנור
2. פרגיות בעשבי תיבול
3. צלי בקר ברוטב פיטריות
4. שניצל הודו

<u>תוספת לבחירה ערב שבת (לבחירה 3 סוגים):</u>

1. אורז לבן
2. אורז ירוק בעשבי תיבול
3. תפוחי אדמה ברוזמרין ושמן זית
4. תפוחי אדמה ובטטה
5. שעועית מוקפצת

<u>מנה אחרונה</u>

1. פרי
2. עוגה פרווה

סעודה שלישית

3 לבחירה:

1. אצבעות דג
2. בורקס תפוחי אדמה
3. שניצל תירס
4. דג מלרלוזה בציפוי פירורי לחם

סלטים לבחירה (לבחירה 4 סוגים)

1. חציל במיונז
2. חומוס
3. סלק
4. תפוחי אדמה במיונז
5. מטבוחה
6. סלט טונה במיונז
7. סלט ירקות
8. טחינה

מנה אחרונה

פירות או לפתן אננס

הערות

מיץ ענבים קנקני מים לחמניות וחלות יוגשו בכול הארוחות

בבוקר לפני תפילה יוגש עוגות ופינה חמה קפה תה וסוכר במהלך כול השבת

תפריט זה ללא שתיה קלה מוגזת