



רשימת כיבוד מומלצת ל"ג בעומר (לגן/כיתה של כ-30 ילדים+1-2 מלווים לכל ילד)

מדורת ל"ג בעומר יכולה להיות חגיגה כייפית לילדים, גם בלי נקניקיות ומרשמלו. הילדים נהנים מהאש ומהמרחב הפתוח, ומבחינתם (בניגוד אלינו המבוגרים) האוכל הוא שולי. מוותרים על האוכל המעובד והמתועש ומשתמשים בכמה שיותר מוצרים טריים. גם טעים וגם מזין, ולמי שמחפש קיצורי דרך - אפשר לקנות חלק גדול מהרשימה (למשל כדורי פלאפל, חומוס ביתי, קלח תירס מבושלים).
תזכרו שזה לא "רק פעם בשנה" כי לפחות פעמיים בשבוע יש ימי הולדת, קבלות שבת, חגים, מסיבות וביקורים אצל סבתא. אנחנו אלה שיוצרים לילדים שלנו הרגלים ומהווים מודל לחיקוי עבורם, גם בהיבט של הרגלי האכילה. בואו ניצור ביחד הרגלים נכונים!

מה מביאים	כמה מביאים
קלחי תירס מבושלים	3 חבילות חתוכות לשלישים
ביצים קשות	30 ביצים חצויות
מגש ירקות חתוכים או סלט ירקות קצוץ	3 מגשים / קערות
פשטידת תירס	1 תבנית או אפויה כמיני מאפינס
פשטידת פטריות	1 תבנית או אפויה כמיני מאפינס
פשטידת ברוקולי	1 תבנית או אפויה כמיני מאפינס
חומוס – רצוי ביתי או מחומוסיה	1 ק"ג בסה"כ
זיתים מגולענים	2 קופסאות
מלפפונים חמוצים	2 קופסאות חתוכות - במלח ובחומץ
כדורי פלאפל	60 יחידות
טחינה	חצי ק"ג
פיתות	30 פיתות חצויות
סלט כרוב	1 קערה גדולה
גרגירי חומוס מתובלים	1 קערה
אבטיח חתוך	קערה גדולה
מלון חתוך	קערה גדולה
עוגת בחושה	2 תבניות
אופציונלי – בצק לפיתות על הסאג'	בצק מ-3 ק"ג קמח
תפוחי אדמה מבושלים למדורה	כל משפחה מביאה לעצמה

שיהיה חג שמח וטעים!