

Super Good

מתכונים מזינים
לכלבים ולחתולים



אגודת צער
בעלי חיים בישראל

מאז
1927



SUPER GOOD מתכונים מזינים לכלבים ולחתולים

מתכונים והמלצות: סיון זילבר

עריכה והפקה: שניר שרוני

צילום ועיצוב: VIPDesign

תמונת שער: נועה עמבור והכלב ריי (תמונת השער והתמונה בעמוד 5 צולמו עבור "זמנים מודרניים" של ידיעות אחרונות. סגנון: ענת רן)

© כל הזכויות שמורות לאגודת צער בעלי חיים בישראל, 2017.

אגודת צער בעלי חיים בישראל

כתובת: רחוב הרצל 159 תל אביב

טלפון: *4553, 03-5136500

פקס: 03-5185889

אתר אינטרנט: www.spca.co.il

דואר אלקטרוני: info@spca.co.il

פייסבוק: www.facebook.com/spcail

האתר לילדים: kids.spca.co.il

שעות פעילות האגודה
והמרפאה הווטרינרית:

ימים א-ה: 8:00-20:00

יום ו: 8:00-14:00

שבת: 11:00-14:00

אגודת צער בעלי חיים בישראל, אשר הוקמה בשנת 1927, היא הארגון הוותיק ביותר בישראל לרווחת בעלי חיים. האגודה, הפועלת למניעת צער וסבל מבעלי חיים, הנה עמותה ללא מטרות רווח ושעריה פתוחים לכל בעל חיים הזקוק למקלט ולהגנה. בין השירותים אותם מספקת האגודה: קליטת כלבים וחתולים נשואים ומציאת בתים מאמצים עבורם, מרפאה וטרינרית במחירים נוחים, פנסיון לחיות מחמד ומחלקה לחינוך להומאניות. עוד פועלת האגודה במישור הפרלמנטרי במטרה לקדם חוקים לרווחת בעלי החיים וברשותה אורווה מרווחת בה משוקמים סוסים וחמורים שעברו התעללות או הזנחה.



סיון זילבר היא תזונאית קלינית מחמד (Cert. CPN) ומתמחה בצמחי מרפא. זילבר מעניקה ייעוץ תזונתי ובונה תפריטים לכלבים ולחתולים על פי צרכים תזונתיים ספציפיים, מיעצת למפעלים המייצרים חטיפים ומזון לכלבים ועורכת הרצאות בנושאי תזונה אמיתית לחיות מחמד. www.naturallyforpets.co.il

להרצאה בנושא תזונה חפשו ביוטיוב: "סיון זילבר - מזון למחשבה"

ארוחות טובות ומזינות הן הבסיס לחיוניות ולבריאות של חיית המחמד. לכן חשוב שהמזון שאנו מספקים לכלב או לחתול יהיה בעל נעילות טובה, עשוי מרכיבים איכותיים, מלא בחומרי הזנה וכמובן טעים.

הפתרון הפשוט הוא אספקה של מזון יבש (שקיים ברמות איכות שונות), אך בשנים האחרונות יותר ויותר בעלי כלבים וחתולים שמבינים את חשיבות איכות המזון והתאמתו לבעל החיים, מכינים מזון ביתי עבור חיות המחמד שלהם.

מזון ביתי הוא מזון שהבעלים מכינים בעצמם מרכיבים אמיתיים, כגון עוף, דגנים, ירקות ופירות. ממש כמו אצלנו, בני האדם, היתרון הגדול בהכנת ארוחות במטבח הביתי הוא שיש לנו שליטה מלאה על הרכיבים הנכנסים לתפריט, וכך ניתן לספק לכלב או לחתול מזון איכותי ובעל נעילות גבוהה יותר מאשר מזון מעובד.

בחוברת שלפניכם תמצאו מתכונים בריאים ומזינים לכלבים ולחתולים, שפיתחה סיון זילבר, תזונאית קלינית לחיות מחמד. המתכונים פשוטים וקלים להכנה, וכדי לחסוך זמן במטבח ניתן להכין בכל פעם כמות גדולה יותר, להקפיא את המזון ולהפשירו בעת הצורך.

חשוב לציין כי כל המתכונים מיועדים להאכלה משלימה. הם יכולים להחליף מדי פעם ארוחה של מזון יבש מאוזן, אך אינם מתאימים להזנה יומית קבועה. בכדי לספק לכלב או לחתול תזונה מלאה ומאוזנת יש צורך להתייעץ עם בעל מקצוע ולקבל הכוונה ותפריט המותאם לצורכיהם הספציפיים. תפריטים שאינם מבוקרים עלולים להיות חסרים ולגרום לחוסרים תזונתיים.

4 עוגיות דלעת לכלבים

5 קדירה עשירה לכלבים ולחתולים

6 בראוניז נבד לכלבים ולחתולים

7 עוגיות מזינות לכלבים ולחתולים

8 ארוחת בוקר לכלבים ולחתולים

9 ארוחת ערב טבעונית לכלבים

10 כללים להאכלה נכונה של כלבים וחתולים

קדירה עשירה לכלבים ולחתולים

מה? ארוחה בשרית עשירה וארומטית שתשמח כל כלב וחתול.

למה? גיוון נהדר ובריא לחברים הטובים על ארבע.

כמה? המתכון מתאים לארוחה אחת עבור כלב במשקל 15 ק"ג. יש להתאים את הכמות לפי משקל חיית המחמד. לדוגמה, לכלב או חתול במשקל 6 ק"ג יש להגיש מעט פחות ממחצית הכמות.

אופן ההכנה:

1. משגינים בסיר את בשר הבקר בשמן הקוקוס עד להשחמה מכל הצדדים. מוסיפים את יתר הרכיבים ומערבבים.
2. מוסיפים מים עד לכיסוי הרכיבים, מביאים לרתיחה, מערבבים ומכסים את הסיר. מנמיכים את האש ומבשלים על אש נמוכה כ-45 דקות. במידת הצורך מוסיפים מעט מים במהלך הבישול.
3. מסננים את הנוזלים (ניתן להשאיר מעט), מצננים ושוחנים את התערובת במעבד מזון עד לקבלת תערובת חלקה יחסית. ניתן להוציא את חלקי הבשר ולהחזירם לתערובת לאחר השחינה.
4. לפני ההגשה מוסיפים את התוספות ומערבבים. ✓ ניתן להקפיא את הארוחה או לשמור במקרר עד יומיים.

רכיבים (לפי משקל לא מבושל):

- מעט שמן קוקוס לטיגון
- 100 גרם בשר בקר חתוך לקוביות
- 10 גרם (2 יח") כבד עוף
- 20 גרם (1 כוס) בטטה חתוכה לקוביות
- 20 גרם (חצי כוס) שעועית ירוקה קפואה
- 15 גרם (קצת פחות מחצי כוס) אפונה קפואה
- 15 גרם (קצת פחות מחצי כוס) גזר חתוך לקוביות
- 5 גרם (רבע כוס) תרד

להוספה בעת הארוחה:

- כפית זרעי פשתן טחונים
- חצי כפית שחינה גולמית



עוגיות דלעת לכלבים

מה? עוגיות פריכות וטעימות לפינוק יומי שמסייעות בשמירה על שובע לאורך היום.

למה? העוגיות עשירות באומגה 3, ויטמין A וסיבים תזונתיים.

כמה? 1 יחידה לכלב קטן, 2 יחידות לכלב בינוני, 4 יחידות לכלב גדול.

רכיבים:

- 2 1/2 כוסות קמח אורז
- 2 כפות זרעי פשתן טחונים
- 1 כף פטרוזיליה יבשה
- 2 ביצים
- 3/4 כוס דלעת מבושלת ומעוכה
- 1/4 כוס מים

אופן ההכנה:

1. מחממים תנור לחום של 180 מעלות.
2. מערבבים בקערה את קמח האורז, זרעי הפשתן והפטרוזיליה.
3. בקערה נפרדת מערבבים את הביצים והדלעת.
4. מוסיפים בהדרגה את התערובת הרטובה לתערובת היבשה ובוחשים היטב עד לקבלת בצק נוח לרידוד. במקרה הצורך מוסיפים מעט מים.
5. מרדדים את הבצק בין שני ניירות אפייה לעובי של כחצי ס"מ. מסירים את הנייר העליון וקורצים לעוגיות בעזרת חותכן. ניתן לקרוץ עיגולים באמצעות כוס הפוכה או לחתוך את הבצק לריבועים או מלבנים בעזרת סכין.
6. מניחים את העוגיות בתבנית מרופדת בנייר אפייה ואופים 30-45 דקות עד להזהבה. ✓ יש לצנן לחלוטין את העוגיות לפני ההגשה. ✓✓ ניתן להקפיא את העוגיות או לשמור בקופסה אטומה עד שבועיים.



עוגיות מזינות לכלבים ולחתולים 🐾🐱

מה? עוגיות מפנקות ומלאות בכל טוב המזכירות בצורתן אוזני המן.

למה? עוגיות בעלות ערך גליקמי נמוך, קלות לעיכול ועשירות בחומרים מזינים כגון חלבון, סיבים תזונתיים, ויטמינים (בעיקר ויטמיני B), מינרלים כגון סידן וברזל וחומצות שומן חיוניות (אומגה 3, 6 ו-9).

כמה? 1/4 יחידה לכלב קטן או חתול, 1-1/2 יחידה לכלב בינוני, 1-2 יחידות לכלב גדול.

אופן ההכנה:

1. מערבבים בקערה את כל מרכיבי הבצק, לשים מעט עד ליצירת בצק אחיד ומצננים במקרר לפחות 30 דקות.
2. מערבבים בקערה את כל רכיבי המלית ומצננים כמה דקות במקרר.
3. מחממים תנור לחום בינוני של 180 מעלות.
4. מקמחים את משטח העבודה ואת המערוך, מרדדים את הבצק לעלה דק וקורצים ממנו עיגולים.
5. מניחים במרכז כל עיגול בצק כפית מהמלית ומקפלים שלושה קצוות מהבצק כלפי המרכז ליצירת משולש.
6. מניחים את העוגיות על נייר אפייה ואופים 15-25 דקות עד להזהבת הבצק. ✓ ניתן להקפיא את העוגיות או לשמור בכלי אטום עד שבועיים.

רכיבים (כ-30 עוגיות):

לבצק:

- 4 כוסות קמח כוסמין מלא
- 3/4 כוס מים
- 1/2 כוס שחינה גולמית מלאה
- 3 ביצים
- 3 כפות שמן קוקוס
- 1 שקית אבקת אפייה

למלית:

- 80 גרם (כ-5.5 כפות) חמאת בוטנים ללא תוספת סוכר
- 50 גרם חמאה רכה בשמפרטורת החדר
- 3/4 בננה מעוכה
- 1 חלמון

בראוניז כבד לכלבים ולחתולים 🐾🐱

מה? חטיפים רכים שמתאימים במיוחד לכלבים ולחתולים מבוגרים הסובלים מבעיות שיניים וחניכיים.

למה? הבראוניז עשירים בנוטריאנטים כגון ויטמין A, מגוון ויטמיני B, ברזל, אבץ, סלניום, נחושת ומנגן (מינרל הדרוש לבריאות המוח, מערכת העצבים, מערכת החיסון ויסות רמות סוכר בדם ועוד).

כמה? כמות מומלצת ליום: 1/4 יחידה לכלב קטן או חתול, 1/2 יחידה לכלב בינוני, 1 יחידה לכלב גדול (יחידה היא חתיכה אחת בגודל 6x6 ס"מ).

רכיבים:

- 1 כוס (200 גרם) גריסים לא מבושלים
- 450 גרם כבד בקר
- 3 כפיות חמאת בוטנים חלקה ללא תוספות
- 2 כוסות (250 גרם) קמח חיטה מלא

אופן ההכנה:

1. מבשלים את הגריסים לפי הוראות היצרן ומצננים מעט.
2. מחממים תנור לחום של 180 מעלות.
3. טוחנים את הכבד, חמאת הבוטנים והגריסים במעבד מזון עד לקבלת מחית חלקה.
4. מעבירים את התערובת לקערה, מוסיפים את הקמח ומערבבים היטב.
5. שופכים את התערובת לתבנית משומנת בגודל 23x23 ס"מ ואופים כ-20 דקות.
6. מצננים וחותכים לקוביות בגודל 6x6 ס"מ. ✓ ניתן להקפיא את הבראוניז או לשמור במקרר עד שבוע.



ארוחת ערב טבעונית לכלבים 🐕

מה? ארוחה צמחית מזינה ומשביעה שאינה מכילה רכיבים מהחי. הארוחה אינה מתאימה להאכלה לחתולים.

למה? אלטרנטיבה מצוינת לבעלי כלבים שרוצים לפנק את חבריהם ונמנעים מלבשל מוצרים מהחי.

כמה? המתכון מתאים לארוחה אחת עבור כלב במשקל 15 ק"ג. יש להתאים את הכמות לפי משקל הכלב. לדוגמה, לכלב במשקל 6 ק"ג יש להגיש מעט פחות ממחצית הכמות.

אופן ההכנה:

1. שמים בסיר את כל הרכיבים, יוצקים מים בגובה 2 ס"מ מעל הרכיבים ומביאים לרתיחה.
2. מנמיכים את האש, מערבבים, מכסים את הסיר ומבשלים עד שהשעועית מוכנה (45 דקות עד שעה). במידת הצורך מוסיפים מים במהלך הבישול.
3. מסננים את הנוזלים (ניתן להשאיר מעט), מצננים וטוחנים מעט את התערובת במעבד מזון.
4. לפני ההגשה מוסיפים את התוספות ומערבבים. ✓ ניתן להקפיא את הארוחה או לשמור במקרר עד יומיים.

רכיבים (לפי משקל לא מבושל):

- 20 גרם (שתי כפות גדושות) עדשים ירוקות
- 15 גרם (1.5 כפות גדושות) שעועית לבנה מושרית במים למשך 12 שעות לפחות
- 10 גרם (כף גדושה) כוסמת לא קלויה
- 10 גרם (כף גדושה) שיבולת שועל דקה
- 10 גרם (1 כוס לא דחוסה) מיקס ירקות ירוקים - לדוגמה: שעועית ירוקה, קייל, סלרי
- 7 גרם (קצת יותר מחצי כוס לא דחוסה) מיקס ירקות כתומים ואדומים - לדוגמה: דלעת, גזר, פלפל אדום

להוספה בעת הארוחה:

- כפית שמן קוקוס
- כפית וחצי זרעי פשתן טחונים
- כפית טחינה גולמית
- קורט פטרוזיליה יבשה



ארוחת בוקר לכלבים ולחתולים 🐕🐈

מה? ארוחת בוקר מזינה וטעימה שניתן להגיש לחתול או לכלב גם במשך היום.

למה? הארוחה מספקת מגוון של כל הנוטריאנטים הנחוצים ברמה היומית, ביניהם כמויות גבוהות של ויטמין A, מגוון ויטמיני B (כולל B12), סידן, ברזל, מנגן ועוד.

כמה? המתכון מתאים לארוחה אחת עבור כלב במשקל 15 ק"ג. יש להתאים את הכמות לפי משקל חיית המחמד. לדוגמה, לדוגמה, לכלב או חתול במשקל 6 ק"ג יש להגיש מעט פחות ממחצית הכמות.

אופן ההכנה:

1. מחממים את השמן במחבת, מוסיפים את הירקות ומערבבים עד להתרככות.
2. מוסיפים את הביצה ומבשלים תוך כדי ערבוב עד שהיא כמעט מוכנה.
3. מוסיפים את הדג, מערבבים ומבשלים כשתי דקות. ✓ יש להמתין עד שהמנה אינה חמה ואז להגישה לבעל החיים. ✓✓ לכלבים ניתן לשלב גם 20 גרם "שיבולת שועל להכנה מהירה" או קוואקר דק, תוך כדי הפחתה של 20 גרם מהירקות בצורה שווה. ✓✓✓ ניתן לשמור את הארוחה במקרר עד יומיים.

רכיבים:

- 1 כף שמן קוקוס/שמן זית
- 20 גרם (חופן) תרד/ברוקולי/פטרוזיליה (ניתן לשלב)
- 25 גרם (כחצי כוס) גזר מגורד
- 1 ביצה גדולה
- חצי קופסה (80 גרם) שונה בשימורים (במים או בשמן) לאחר סינון הנוזלים, או סלמון טרי



10 כללים להאכלה נכונה של כלבים וחתולים

1 מים טריים זמינים

חשוב כי בכל זמן נתון יהיו לחיית המחמד מים טריים. כמות השתייה הנדרשת משתנה בהתאם לשלבי החיים של חיית המחמד (לדוגמה, בזמני הריון יש צמא מוגבר), לרמת הפעילות ולתנאים הסביבתיים (למשל בית סגור בחודשי הקיץ).

2 התאמת המזון לצורכי בעל החיים

כאשר בוחרים מזון לחיית המחמד, יש להתחשב במספר גורמים:

גיל חיית המחמד - לדוגמה, חיות מחמד מזדקנות זקוקות למזון בעל נעילות גבוהה.

רמת פעילות גופנית - חיות מחמד פעילות זקוקות לכמות קלוריות גבוהה יותר, ולהפך.

רגישויות - המזון לא צריך לכלול רכיבים שיש רגישות אליהם.

משקל - חיות מחמד בתהליכי הרזיה צריכות מזון המכיל כמות סביבים תזונתיים גבוהה יותר.

מצב בריאותי - אם בעל החיים סובל ממחלה ספציפית חשוב לספק מזון בהתאם לבעיה.

3 כמות המזון

כלבים וחתולים רבים סובלים ממשקל עודף, בעיקר כתוצאה מהאכלת יתר ומחסור פעילות. שמירה על משקל תקין של חיית המחמד תתרום לרווחתה ולבריאותה.

חשוב לזכור כי כמויות ההאכלה המופיעות על אריזות המזון הן בגדר המלצות בלבד (אשר לרוב מתבססות על משקל אידיאלי) ויש להתאים את הכמות לפי הנסיבות הספציפיות של כל בעל חיים.

4 מזון מלא ומאוזן

בכדי למנוע חוסרים תזונתיים ולהבטיח את בריאות חיית המחמד לאורך חייה, יש להקפיד על האכלה בצורה קבועה של מזון המוגדר כמלא ומאוזן.

על מזונות יבשים ניתן לראות הצהרה כי המזון פותח בהתאם לדרישות התזונתיות של ארגון AAFCO. הצהרה כזו יכולה להופיע גם על פחיות שימורים, למרות שאלה לרוב מוגדרות כמזון משלים ואינן מתאימות להאכלה קבועה.

למאכילים במזון ביתי חשוב לפעול לפי מתכונים מסודרים ומותאמים לחיית המחמד כדי להבטיח תזונה מגוונת ומלאה.

5 אחסון המזון

כל מזון יש לאחסן בתנאים האופטימאליים בהתאם לסוגו כדי למנוע הופעת עובש, לחות ומזיקים והתפתחות פתוגנים.

מזון יבש יש לשמור בכלי אטום לאוויר בסביבה יבשה וקרירה. שקי מזון שאינם נסגרים כראוי ונשארים פתוחים יכולים להפוך עבשים, לצבור לחות, לגדל עובש או להזדהם מחרקים.

פחיות שימורים יכולות לעתים להישמר למשך שנים כל עוד הן מאוחסנות הרחק משמש ישירה והפחית לא נפגמת.

מזון מבושל ניתן לשמור בכלי אטום במקרר למשך יומיים-שלושה. ניתן להקפיא את המזון למשך כחצי שנה, כאשר לאחר מכן יש להפשירו במקרר לפני ההגשה.

6 זמני האכלה

חיות מחמד אוהבות שגרה וזה נכון גם לגבי מערכת העיכול שלהן. כאשר המזון מגיע בשעות קבועות, הגוף יודע לנהל את אספקת הנוטריאנטים ולנתב אותה כראוי לאיברים השונים.

האכלת חיית המחמד בשעות קבועות תספק לה תחושת יציבות ותעניק לבעלים את האפשרות לעקוב אחר הרגלי האכילה ואחר שינויים.

מומלץ להאכיל לפחות בשתי ארוחות ביום, אחת בבוקר ואחת בשעות הערב, כאשר בין לבין מומלץ לתת חשיף, במיוחד אחד קטן לפני השינה. האכלה בארוחה גדולה אחת

במהלך היום אינה מומלצת מכיוון שהיא לא תתעכל כמו שצריך עקב עומס על הקיבה.

7 היגיינת כלי האוכל

כמו שאנחנו שוטפים את כלי האוכל שלנו, כך חשוב לשטוף את קערות האוכל והמים של חיית המחמד באופן יומי, רצוי לאחר איסוף המזון. שטיפת הכלים מונעת התפתחות בקטריות ומשיכת מזיקים לשאריות המזון שנתרו.

8 חטיפים

כולנו אוהבים לפנק את חיית המחמד בחטיפים. חשוב לזכור שכל רכיב מזון שניתן לכלב או לחתול מעבר לתזונה היומית הקבועה שלו יוסיף קלוריות לתזונתו. לכן יש להתאים את כמות האכלה, כך שכמות החטיפים תהיה עד עשרה אחוזים מכמות המזון היומית.

9 הקשבה לחיית המחמד

מעקב אחר מצבה הגופני ואחר מתן השתן והצואה של חיית המחמד יספקו אינדיקציות לגבי טיב המזון והתאמתו לצרכיה. מזון איכותי יוביל לכך שחיית המחמד תהיה חיונית, בעלת פרווה רכה ומבריקה, עור בריא, מצב שיניים תקין ויציאות תקינות.

בנוסף, חוש הריח והאינסטינקטים של חיית המחמד מדויקים. אם היא לא מסכימה לאכול יותר את המזון שלה, מומלץ להקשיב לה ולבצע שינויים בהתאם.

10 מעקב אחר הרגלי אכילה

שינויים בהרגלי אכילה (למשל אובדן תיאבון, צמא מוגבר או אכילה בררנית) יכולים להעיד על בעיה בריאותית שיש להתייחס אליה. חשוב לעקוב אחר שינויים תזונתיים ואם אלה נמשכים מעבר ל-24 שעות, יש לשתף את הווטרינר.

