

## Koolilõuna menüü 25-29.11

OÜ Orfeum

Valima peab ühe põhitoidu (liha või taimetoit) ja ühe supi valikutest .

<b>Esmaspäev 25.11</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Bolognese kaste (paprika,sibul,tomat,hakkliha,ma)	100g	110g
Kala-köögiviljavormiroog ( <b>vahukoor</b> ,kala,köögiviljad, sibul,tomatipasta , <b>juust</b> ,rapsiõli,till,ma)	100g	110g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	180g	200g
Kapsa-porgandisalat	75g	75g
Hernes, hiinakapsas, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Vesi sidruniga, vesi	200g	250g
Õuna-amps	120g	150g
Porgandi- hernehautis (hernes, porgand,,köögiviljad, ma)	120g	130g

<b>Teisipäev 26.11</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Borš kanaga (peet,kapsas,porgand,sibul,kanaliha, ma,äädikas) , <b>hapukoor R20%</b>	320g/15g	340g/20g
Kala-aedviljasupp (kartul, <b>kala</b> ,porgand,sibul,porru,ma)	320g	360g
Kana-riisisupp ( kartul,riis,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	320g	340g
Kohupiimavaht marjadega (kohupiim, piim R2,5%, suhkur, marjad)	190g	200g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Apelsiniamps	120g	150g
Vesi		
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)	330g	350g

<b>Kolmapäev 27.11</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <b>hapukoor</b> ,sibul, <b>nisujahu</b> ,ma)	120g	130g
Kana-liilkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	120g	130g
Kartul, riis, tatar, läätsed	180g	200g
Peedisalat	75g	75g
Redis, porgand, seemned, salatikaste	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatode( <b>piim R2,5%</b> ), tee, vesi	200g	250g
Köögivilja-läätsehautis (köögiviljad, porgand,sibul, läätsed,ma)	120g	130g

<b>Neljapäev 28.12</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Sealiha koorekastmes (sealiha, <b>hapukoor R20%</b> ,rapsiõli, <b>nisujahu</b> ,ma)	100g	110g
Värskekapsa-hakklihahautis (kapsas, seguhakkliha,ma)	140g	160g
Riis ,tatar , kartul, hirss	180g	200g
Kapsa- paprikasalat	75g	75g
Porgand, redis, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatode( <b>keefir R2,5%</b> ), <b>piim</b> ,vesi	200g	250g
Odrakruubipuder seente ja sibulaga ( <b>odrakruubid</b> , sibul, šampinjon,rapsiõli)	300g	320g

<b>Reede 29.12</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Kanakaste köögiviljadega (kana, <b>piim R2,5%</b> ,porgand,oad,sibul, <b>nisujahu</b> ,ma)	120g	130g
Chilli con carne (seguhakkliha, sibul, tomat, uba )	120g	130g
Riis ,tatar , <b>odrakruubipuder</b> , kartul	180g	200g
Hiinakapsa- idusalat	75g	75g
Kapsas, kaalikas, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Vesi sidruniga, vesi	200g	250g
Pirn	120g	150g
Köögiviljakarri ubadega( porgand,köögiviljad,sibul,oad,rapsiõli,karri)	120g	130g

Teavet toidu talumatust põhjustada võivate toidu koostisosade sealhulgas allergeenide kohta saab peakoka käest .

PRIA piimatooted 1-9 klassi

Joogivesi saadaval iga päev