

Koolilõuna menüü 25-29.11

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 25.11	Põhikool I	Põhikool II
Bolognese kaste (paprika,sibul,tomat,hakkliha,ma)	80g	90g
Kala-köögiviljavormiroog (vahukoor ,kala,köögiviljad, sibul,tomatipasta , juust ,rapsiõli,till,ma)	80g	90g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	160g	170g
Kapsa-porgandisalat	50g	60g
Hernes, hiinakapsas*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Vesi sidruniga, vesi	200g	200g
Õuna-amps*	80g	100g
Porgandi- hernehautis (hernes, porgand,,köögiviljad, ma)	100g	110g

Teisipäev 26.11	Põhikool I	Põhikool II
Borš kanaga (peet,kapsas,porgand,sibul,kanaliha, ma,äädikas) , hapukoor R20%	280g/10g	300g/10g
Kala-aedviljasupp (kartul, kala ,porgand,sibul,porru,ma)	280g	290g
Kana-riisisupp (kartul,riis,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	280g	300g
Rukkijahuvaht (rukkijahu ,suhkur,mahl) piimaga	100g/100g	110g/110g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Apelsiniamps	80g	100g
Vesi		
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)	300g	310g

Kolmapäev 27.11	Põhikool I	Põhikool II
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, hapukoor ,sibul, nisujahu ,ma)	100g	110g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	100g	110g
Kartul, riis, tatar, läätsed	160g	170g
Peedisalat	50g	60g
Redis*, porgand*, seemned, salatikaste	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatode(piim R2,5%), tee, vesi	200g	200g
Köögivilja-läätsehautis (köögiviljad, porgand,sibul, läätsed,ma)	100g	110g

Neljapäev 28.12	Põhikool I	Põhikool II
Sealiha koorekastmes (sealiha, hapukoor R20% ,rapsiõli, nisujahu ,ma)	80g	90g
Värskekapsa-hakklihahautis (kapsas, seguhakkliha,ma)	110g	120g
Riis ,tatar , kartul, hirss	160g	170g
Kapsa- paprikasalat	50g	60g
Porgand*, redis*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatode(keefir R2,5%), piim ,vesi	200g	200g
Odrakruubipuder seente ja sibulaga (odrakruubid , sibul, šampinjon,rapsiõli)	260g	280g

Reede 29.12	Põhikool I	Põhikool II
Kanakaste köögiviljadega (kana, piim R2,5% ,porgand,oad,sibul, nisujahu ,ma)	100g	110g
Chilli con carne (seguhakkliha, sibul, tomat, uba)	100g	110g
Riis ,tatar , odrakruubipuder , kartul	160g	170g
Hiinakapsa- idusalat	50g	60g
Kapsas*, kaalikas*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Vesi sidruniga, vesi	200g	200g
Pirn*	80g	100g
Köögiviljakarri ubadega(porgand,köögiviljad,sibul,oad,rapsiõli,karri)	100g	110g

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

*PRIA KOOLIKAVA TOETUSKAVA RAAMES JAGATAVAD PUU – JA KÖÖGIVILJAD 1-6 KLASSILE

PRIA piimatooted 1-9 klassile