

Koolilõuna menüü 02-06.12

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 02.12	Põhikool III	Gümnaasium
Guljašš seahakklihist porgandiga (seahakkliha, hapukoor , nisujahu , tomatipasta, sibul, porgand)	120g	130g
Ahjuroog, kana, köögiviljade ja bataadiga (kana, bataat, brokoli, lillkapsas, seller, köömned, till, rapsiõli)	120g	130g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	180g	200g
Kapsa-porgandisalat	75g	75g
Punane kapsas, seller, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatoode (<i>keefir R2,5%</i>), vesi sidruniga, <i>piim R2,5%</i>	200g	250g
Köögiviljahautis seentega (kapsas, seemned, sibul, köögiviljad, rapsiõli)	120g	130g

Teisipäev 03.12	Põhikool III	Gümnaasium
Rikkalik köögiviljasupp veiselihaga (kartul, kaalikas, porgand, porru, kapsas, sibul, rapsiõli, veiseliha, ma)	330g	360g
Kala-riisisupp (kartul, riis, porgand, sibul, kala, rapsiõli, ma)	250g	270g
Rassolnik kanaga (kartul, <i>konserv.kurk</i> , odrakruup , porgand, sibul, kana, rapsiõli, ma), <i>hapukoor R20%</i>	330g/15g	350g/20g
Marja-jogurtismuuti kaerahelvestega (Marjad, jogurt R2,5% , suhkur, täisterakaerahelbed)	225g	250g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Õunaamps	120g	150g
Hernesupp lihata (hersed, odrakruup, sibul, porgand, ma)	340g	360g

Kolmapäev 04.12	Põhikool III	Gümnaasium
Hautatud sealiha köögiviljadega koorekastmes (sealiha, porgand, paprika, brokoli, koor , sibul, rapsiõli, till, ma)	120g	130g
Kana-köögiviljahautis (kana, porgand, kapsas, uba, ma)	120g	130g
Kartul, riis, tatar, läätsed	180g	200g
Värskekapsasalat kurgiga	75g	75g
Porgand, hiinakapsas, seemned, salatikaste	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatoode (<i>piim R2,5%</i> , <i>maitsestatamata jogurt R2,5%</i>), vesi sidruniga	200g	250g
Pirniamps	120g	150g
Köögiviljapada kikerhernestega (köögiviljad, kikerhersed, ma, rapsiõli)	140g	160g

Neljapäev 05.12	Põhikool III	Gümnaasium
Krõbedad kattedega ahjukala (<i>kala</i> , nisujahu , taimne rasv, ma), kodujuustukaste (<i>maitsestatamata jogurt</i> , kodujuust , kurk, tomat, ma)	70g/60g	70g/60g
Kana köögivilja- juustukastmes (kana, köögiviljad, sulatatud juust , või , nisujahu , piim , till, ma)	120g	125g
Riis, odrakruubipuder , tatar, kartul	180g	200g
Peedi-hapukapsasalat	75g	75g
Redis, porgand, seemned, salatikaste	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatoode (<i>piim 2,5%</i>), mahlajook, vesi	200g	200g
Köögiviljabolognese läätsedega (köögiviljad, läätsed, tomatipasta, rapsiõli, ma)	100g	110g

Reede 06.12	Põhikool III	Gümnaasium
Frikadellisupp (kartul, frikadell (hakkliha, muna, sibul, ma), porgand, sibul, rapsiõli, till, ma)	340g	360g
Värskekapsasupp kanaga (kana, kapsas, kartul, porgand, sibul, kana, rapsiõli, ma)	300g	320g
Köögiviljapüreesupp kanaga (köögiviljad, kana, ma)	340g	360g
Mahlatarretis (mahl, zelaatiin, suhkur) vahukoorega (koor R33% , suhkur)	150g/20g	160g/20g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Greibiamps	120g	150g
Köögiviljapüreesupp (porgand, rapsiõli, sibul, hernes, kartul, ma)	330g	350g

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

PRIA PIIMATOODED 1-9 KLASSILE