

Koolilõuna menüü 20-24.01

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 20.01	Põhikool I	Põhikool II
Kana magushapuskastmes (kana kintsuliha,ananass,paprika,sibul, <i>nisujahu</i> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli)	100g	110g
Hakklihakaste porgandiga (<i>hapukoor</i> ,seguhakkliha,porgand, <i>nisujahu</i> ,sibul,rapsiõli,ma)	100g	110g
Pasta, tatar, riis, <i>odrakruubid</i>	160g	170g
Porgandi-kapsasalat	50g	60g
Kaalikas*, redis*, seemned, salatikaste	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Vesi sidruniga, PRIA piimatoode (<i>keefir R2,5%</i>)	200g	200g
Köögiviljapada ubadega (köögiviljad,oad,ma, rapsiõli)	100g	110g

Teisipäev 21.01	Põhikool I	Põhikool II
Kana-pastasupp (kartul, <i>pasta</i> ,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	280g	300g
Koorene kalasupp (kartul,porgand, <i>kala</i> , porru,rapsiõli, <i>koor R10%</i> , ma)	260g	280g
Hartšoo veiselihaga (riis,veiseliha,sibul,tomatipasta,rapsiõli, ma)	280g	290g
Kohupiimavaht marjadega (<i>kohupiim</i> , <i>piim</i> suhkur ,marjad)	160g	170g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Meloni-amps	80g	100g
Köögiviljapüreesupp hernestega (köögiviljad,ma,sibul)	300g	320g

Kolmapäev 22.01	Põhikool I	Põhikool II
Hakkliha-oahautis (hakkliha, oad, tomat, paprika, sibul, küüslauk,ma)	80g	90g
Hautatud kana paprika ja hernega koorekastmes (broileriliha,sibul,hernes,paprika,porgand, <i>nisujahu</i> , <i>koor</i> ,ma)	100g	110g
Kartulipüree, riis, tatar, riis köögiviljadega	160g	170g
Hiinakapsas *,porgand *, salatikaste, seemned	50g	60g
Peedi-hapukapsasalat	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>piim R2,5%</i>) ,vesi sidruniga	200g	200g
Õunaamps*	80g	100g
Köögiviljahautis seentega(kapsas,seened,porgand,sibul,köögiviljad,õli)	100g	110g

Neljapäev 23.01	Põhikool I	Põhikool II
Sealiha- köögiviljahautis (kaalikas,kapsas,porgand,sealiha,sibul,ma)	120g	140g
Carbonara kaste (sink, <i>koor R10%</i> , <i>sulatatud juust</i> , <i>nisujahu</i> , <i>piim R2,5%</i> ,sibul,küüslauk,ma)	80g	90g
Kartul, riis, tatar, <i>odrakruubid</i>	160g	170g
Porgand *,kaalikas *,salatikaste, seemned	50g	60g
Värskekapsa-hiinakapsasalat marjadega	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>maitsestatamata jogurt R2,5%</i>), <i>piim</i> ,vesi marjadega	200g	200g
Köögiviljahautis kikerhernestega (köögiviljad,kikerhersed,rapsiõli ,ma)	120g	130g

Reede 24.01	Põhikool I	Põhikool II
Külasupp hakklihaga(kartul, <i>odrakruup</i> ,porgand,kaalikas,sibul,hakkliha, rapsiõli,ma), <i>hapukoor R20%</i>	280g/5g	300g/5g
Guljašš-supp sealihaga (kartul,sibul,paprika,porgand,porru, tomat,sealiha,ma), <i>hapukoor R20%</i>	270g/10g	290g/15g
Köögiviljapüreesupp kanaga	280g	300g
Õunakissell (õun,kartulijahu,suhkur) <i>vahukoorega</i>	180g/20g	200g/20g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Pirni-amps*	80g	100g
Tomatine läätsesupp (kartul,läätsed,porgand,sibul,tomat,ma)	300g	310g

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