

Koolilõuna menüü 20-24.01

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 20.01	Põhikool III	Gümnaasium
Kana magushapuskastmes (kana kintsuliha,ananass,paprika,sibul, <i>nisujahu</i> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli)	140g	150g
Hakklihakaste porgandiga (<i>hapukoor</i> ,seguhakkliha,porgand, <i>nisujahu</i> ,sibul,rapsiõli,ma)	120g	130g
Pasta, tatar, riis, <i>odrakruubid</i>	180g	200g
Porgandi-kapsasalat	75g	75g
Kaalikas, redis, seemned, salatikaste	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Vesi sidruniga, PRIA piimatoode (<i>keefir R2,5%</i>)	200g	250g
Köögiviljapada ubadega (köögiviljad,oad,ma, rapsiõli)	120g	130g

Teisipäev 21.01	Põhikool III	Gümnaasium
Kana-pastasupp (kartul, <i>pasta</i> ,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	320g	350g
Koorene kalasupp (kartul,porgand, <i>kala</i> , porru,rapsiõli, <i>koor R10%</i> , ma)	310g	330g
Hartšoo veiselihaga (riis,veiseliha,sibul,tomatipasta,rapsiõli, ma)	320g	340g
Kohupiimavaht marjadega (<i>kohupiim</i> , <i>piim</i> suhkur ,marjad)	180g	200g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Meloni-amps	120g	120g
Köögiviljapüreesupp hernestega (köögiviljad,ma,sibul)	340g	360g

Kolmapäev 22.01	Põhikool III	Gümnaasium
Hakkliha-oahautis (hakkliha, oad, tomat, paprika, sibul, küüslauk,ma)	100g	110g
Hautatud kana paprika ja hernega koorekastmes (broileriliha,sibul,hernes,paprika,porgand, <i>nisujahu</i> , <i>koor</i> ,ma)	130g	140g
Kartulipüree, riis, tatar, riis köögiviljadega	180g	200g
Hiinakapsas ,porgand , salatikaste, seemned	75g	75g
Peedi-hapukapsasalat	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatoode (<i>piim R2,5%</i>) ,vesi sidruniga	200g	250g
Õunaamps	120g	150g
Köögiviljahautis seentega(kapsas,seened,porgand,sibul,köögiviljad,õli)	120g	130g

Neljapäev 23.01	Põhikool III	Gümnaasium
Sealiha- köögiviljahautis (kaalikas,kapsas,porgand,sealiha,sibul,ma)	150g	160g
Carbonara kaste (sink, <i>koor R10%</i> , <i>sulatatud juust</i> , <i>nisujahu</i> , <i>piim R2,5%</i> ,sibul,küüslauk,ma)	100g	110g
Kartul, riis, tatar, <i>odrakruubid</i>	180g	200g
Porgand ,kaalikas ,salatikaste, seemned	75g	75g
Värskekapsa-hiinakapsasalat marjadega	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatoode (<i>maitsestatamata jogurt R2,5%</i>), <i>piim</i> ,vesi marjadega	200g	250g
Köögiviljahautis kikerhernestega (köögiviljad,kikerhersed,rapsiõli ,ma)	140g	160g

Reede 24.01	Põhikool III	Gümnaasium
Külasupp hakklihaga(kartul, <i>odrakruup</i> ,porgand,kaalikas,sibul,hakkliha, rapsiõli,ma), <i>hapukoor R20%</i>	320g/15g	340g/20g
Guljašš-supp sealihaga (kartul,sibul,paprika,porgand,porru, tomat,sealiha,ma), <i>hapukoor R20%</i>	320g/15g	350g/20g
Köögiviljapüreesupp kanaga	320g	340g
Õunakissell (õun,kartulijahu,suhkur) <i>vahukoorega</i>	220g/25g	240g/25g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Pirni-amps	120g	150g
Tomatine läätsesupp (kartul,läätsed,porgand,sibul,tomat,ma)	330g	350g

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

PRIA piimatooted 1-9 klassile