

Koolilõuna menüü 27-31.01**OÜ Orfeum****Valima peab ühe põhitoidu (liha või taimetoit) ja ühe supi valikutest .**

Esmaspäev 27.01	Põhikool I	Põhikool II
Bolognese kaste (paprika,sibul,tomat,hakkliha,ma)	80g	90g
Kala- köögivilja pajaroog (kala,porgand, suvikõrvits,brokkoli,lillkapsas,õun,sibul,rapsiõli,ma)	100g	110g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	160g	170g
Kapsa-porgandisalat	50g	60g
Hernes, hiinakapsas*, salatikaste, seemned	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (keefir R2,5%), vesi sidruniga	200g	200g
Porgandi- hernehautis (hernes, porgand,,köögiviljad, ma)	100g	110g

Teisipäev 28.01	Põhikool I	Põhikool II
Borš kanaga (peet,kapsas,porgand,sibul,kanaliha, ma,äädikas) , <i>hapukoor R20%</i>	280g/10g	300g/15g
Kala-aedviljasupp (kartul,kala,porgand,sibul,porru,ma)	280g	290g
Kana-riisisupp (kartul,riis,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	280g	300g
Mannavaht (<i>manna</i> ,mahl,suhkurl) <i>piimaga</i>	100g/100g	110g/120g
Leivavalik	50g	50g
Õuna-amps*	80g	100g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)	300g	310g

Kolmapäev 29.01	Põhikool I	Põhikool II
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <i>hapukoor</i> ,sibul, <i>nisujahu</i> ,ma)	100g	110g
Mulgikapsad sealihaga (hapukapsas,sealiha,odrakruubid,sibul,ma)	100g	120g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	160g	170g
Peedisalat	50g	60g
Redis*, porgand*, seemned, salatikaste	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode(<i>piim R2,5%</i>), tee	200g	200g
Apelsiniamps	80g	100g
Tomatine läätsehautis (tomat,läätsed,rapsiõli ,ma)	100g	110g

Neljapäev 30.01 VORMITOIDUPÄEV	Põhikool I	Põhikool II
Hakklihavorm juustuga (kartul, <i>piim R2,5%</i> ,seguhakkliha,porgand, mais,paprika, <i>nisujahu</i> ,sibul,tomatipasta,küüslauk, <i>juust</i> ,rapsiõli,ma)	260g	280g
Jogurti-kurgikaste (<i>maitsestatud jogurt</i> ,marineeritud kurk,till,ma)	50g	50g
Kapsa- paprikasalat	50g	60g
Porgand*, redis*, salatikaste, seemned	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (<i>maitsestatud jogurt R2,5%</i>),mahlajook	200g	200g
Pirn*	80g	100g
Odrakruubipuder seente ja sibulaga (<i>odrakruubid</i> , sibul, šampinjon,rapsiõli)	260g	280g

Reede 31.01	Põhikool I	Põhikool II
Hautatud sealiha seene-hapukoore kastmes (sealiha,šampinjon,porgand, sibul, rapsiõli, <i>nisujahu</i> , <i>hapukoor R20%</i> ,ma)	100g	110g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	100g	110g
Riis ,tatar , <i>odrakruubipuder</i> , kartul	160g	170g
Hiinakapsa- idusalat	50g	60g
Kapsas*, kaalikas*, salatikaste, seemned	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
Vesi sidruniga	200g	200g
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