

Koolilõuna menüü 10-14.03

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 10.03	Põhikool III	Gümnaasium
Kurzeme strooganov (sealiha, hapukoor , sibul, nisujahu , kons.kurk , ma, rapsiõli)	100g	110g
Kanapada (kana, porgand, kaalikas, sibul, nisujahu , kohvikoor , brokkoli, uba)	140g	150g
Pasta , tatar, riis, riis köögiviljadega	180g	200g
Porgand, hernes, salatikaste, seemned	75g	75g
Värskekapsa-ananassisalad	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
Vesi marjadega, vesi	200g	250g
Õunaamps	120g	150g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	320g	340g

Teispäev 11.03	Põhikool III	Gümnaasium
Minestrone supp kanaga (pasta , porgand, oad, paprika, tomat, kana, porru, sibul, ma)	320g	340g
Peedisupp kanaga (kana, kartul, peet, kapsas, porgand, sibul, ma), hapukoor R20%	330g/10g	360g/15g
Kuldne kalasupp (kartul, tomat, porgand, rapsiõli, sibul, porru, kala)	320g	350g
Riisipuder (riis, piim r2,5% , suhkur) kisselliga (mahl, tärklis, suhkur)	130g/130g	140g/140g
Leivavalik	60g	60g
Pirniamps, kaalikaamps	120g	150g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas, kartul, porgand, paprika, kikerhersed)	330g	350g

Kolmapäev 12.03	Põhikool III	Gümnaasium
Böfstrooganov (veiseliha, hapukoor R20% , sibul, rapsiõli, nisujahu)	120g	130g
Hapukapsa- hakklihahautis (hakkliha, hapukapsas, sibul, porgand, rapsiõli)	120g	130g
Kartul, riis, tatar, odrakruubipuder	180g	200g
Hiinakapsas, kapsas, seemned, salatikaste	75g	75g
Porgandi- paprikasalad	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
PRIA piimatode (keefir R2,5%), piim , vesi	200g	250g
Hautatud köögiviljad läätsedega (köögiviljad, läätsed, rapsiõli ,ma)	120g	130g

Neljapäev 13.03 VORMITOIDUPÄEV	Põhikool III	Gümnaasium
Kartuli-hakklihavorm (kartul, porgand, hakkliha, muna, piim, juust, ma)	260g	270g
Porgandi- pastavorm (porgand, pasta , piim R2,5% , muna , juust)	220g	230g
Porgand ,hapukapsas, seemned, salatikaste	75g	75g
Hiinakapsa- rukolasalat	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
Vesi sidruniga, kamajook (keefir , suhkur, kamajahu) PRIA piimatode (piim R2,5%)	200g	250g
Greibiamps	120g	150g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	320g	340g

Reede 14.03	Põhikool III	Gümnaasium
Paneeritud kala (kala, rapsiõli, nisujahu , ma)	70g	70g
Jogurti-kurgikaste (maitsestatat jogurt , kurk, ma)	60g	70g
Koorekaste (koor R10% , nisujahu , rapsiõli, ma)	60g	70g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	180g	200g
Porgand, peet, seemned, salatikaste	75g	75g
Kapsasalad marjadega	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
PRIA piimatode (maitsestatata jogurt R2,5%), vesi sidruniga	200g	250g
Tomatine läätsehautis (tomat, läätsed, rapsiõli ,ma)	120g	130g

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

PRIA piimatooted 1-9 klassile