

Koolilõuna menüü 17-21.03

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 17.03	Põhikool III	Gümnaasium
Kala- köögivilja pajaroog (kala,porgand, suvikõrvits,brokkoli,lillkapsas,õun,sibul,rapsiõli,ma)	120g	130g
Carbonara kaste (sink,koor R10%,sulatatud juust,nisujahu,piim R2,5% sibul,küüslauk,ma)	110g	120g
Pasta, tatar, riis, odrakruubid	180g	200g
Porgandi-kapsasalat	75g	75g
Kaalikas ,redis , seemned, salatikaste	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
Vesi marjadega, vesi	200g	250g
Õunaamps	120g	150g
Köögiviljapada ubadega (köögiviljad,oad,ma, rapsiõli)	120g	130g

Teisipäev 18.03	Põhikool III	Gümnaasium
Kana-pastasupp (kartul,pasta,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	320g	350g
Sealiha-aedviljasupp (kartul,sealiha,köögiviljad,sibul,porru,ma)	320g	340g
Tomatine kanasupp (kana,kartul,paprika,porru,uba, tomat,ma)	320g	360g
Kohupiimavaht marjadega (kohupiim, piim ,suhkur ,marjad)	180g	200g
Leivavalik	60g	60g
Vesi		
Pirniamps	120g	120g
Köögivilja-läätsesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,läätsed)	330g	350g

Kolmapäev 19.03	Põhikool III	Gümnaasium
Tomatine sealihapada (kapsas,porgand,kaalikas, tomat, sealiha,ma)	120g	150g
Hakkliha-paprikakaste (hakkliha,paprika,hapukoor,nisujahu,ma)	110g	120g
Kartul, riis, tatar, läätsed	180g	200g
Hiinakapsas ,porgand , salatikaste, seemned	75g	75g
Peedi-õunasalat	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
Tee, PRIA piimatoode (piim R2,5%) , vesi	200g	250g
Riisi-hernehautis (riis,,hened,sibul, ma)	320g	340g

Neljapäev 20.03	Põhikool III	Gümnaasium
Küpsetatud kana poolkoib (kana, rapsiõli, ma)	1tk	1tk
Koorekaste (koor R10%,nisujahu,rapsiõli,ma)	60g	60g
Jogurti-kurgikaste(maitsestatat jogurt, kurk,ma)	50g/60g	-/60g
Kartulipüree, riis, tatar, odrakruubid	180g	200g
Porgand ,hapukapsas ,salatikaste, seemned	75g	75g
Värskekapsa-hiinakapsasalat marjadega	75g	75g
Leivavalik	60g	60g
Vesi sidruniga, PRIA piimatoode (keefir R2,5%), vesi	200g	250g
Köögiviljahautis kikerhernestega (köögiviljad,kikerherned,rapsiõli ,ma)	140g	160g

Reede 21.03	Põhikool III	Gümnaasium
Külasupp hakklihaga(kartul, odrakruup,porgand,kaalikas,sibul,hakkliha, rapsiõli,ma), hapukoor R20%	320g/15g	340g/20g
Guljašš-supp sealihaga (kartul,sibul,paprika,porgand,porru, tomat,sealiha,ma), hapukoor R20%	320g/15g	350g/20g
Köögiviljapüreesupp kanaga	320g	340g
Õunakissell (õun,kartulijahu,suhkur) vahukoorega	220g/25g	240g/25g
Leivavalik	60g	60g
Meloni-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 KOOLIKAVA TOETUSKAVA RAAMES JAGATAVAD PUU – JA KÖÖGIVILJAD 1-6 KLASSILE.

PRIA piimatooted 1-9 klassile