

Koolilõuna menüü 24-28.03

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 24.03	Põhikool I	Põhikool II
Bolognese kaste (paprika,sibul,tomat,hakkliha,ma)	80g	90g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	100g	110g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	160g	170g
Kapsa-porgandisalat	50g	60g
Hernes, hiinakapsas*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (keefir R2,5%), vesi sidruniga	200g	200g
Porgandi- hernehautis (hernes, porgand,,köögiviljad, ma)	100g	110g

Teisipäev 25.03	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-riisipupp (kartul,riis,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	280g	300g
Piimakissell (<i>piim R2,5%</i> , tärklis, suhkur) moosiga	180g/15g	200g/15g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Õuna-amps*	80g	100g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)	300g	310g

Kolmapäev 26.03	Põhikool I	Põhikool II
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <i>hapukoor</i> ,sibul, <i>nisujahu</i> ,ma)	100g	110g
Mulgikapsad sealihaga (hapukapsas,sealiha,odrakuubid,sibul,ma)	100g	120g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	160g	170g
Peedisalat	50g	60g
Redis*, porgand*, seemned, salatikaste	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode(<i>piim R2,5%</i>),vesi sidruniga	200g	200g
Apelsiniamps	80g	100g
Porgandi- kikerhernekarr (kikerhernes, porgand,, <i>koor</i> , ma)	100g	110g

Neljapäev 27.03	Põhikool I	Põhikool II
Kanakaste köögiviljadega (kana, <i>piim R2,5%</i> ,porgand,oad,sibul, <i>nisujahu</i> ,ma)	100g	110g
Kala-köögiviljavormiroog (<i>vahukoor</i> ,kala,köögiviljad, sibul,tomatipasta , <i>juust</i> ,rapsiõli,till,ma)	80g	90g
Riis ,tatar , kartul, hirss	160g	170g
Kapsa- porgandisalat	50g	60g
Kaalikas*, redis*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>maitsestatud jogurt R2,5%</i>),vesi marjadega	200g	200g
Pirn*	80g	100g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	280g	300g

Reede 28.03	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 magushapuskastmes (kana kintsuliha,ananass,paprika,sibul, <i>nisujahu</i> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli)	100g	110g
Riis ,tatar , <i>odrakuubipuder</i> , kartul	160g	170g
Hiinakapsa- idusalat	50g	60g
Kapsas*, porgand, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Mahlajook	200g	200g
Hautatud köögiviljad hernerestega (köögiviljad,lhersedrapsiõli ,ma)	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