

Koolilõuna menüü 24-28.03

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 24.03	Põhikool III	Gümnaasium
Bolognese kaste (paprika,sibul,tomat,hakkliha,ma)	100g	110g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	120g	130g
Pasta, tatar, hautatud köögiviljad, riis	180g	200g
Kapsa-porgandisalat	75g	75g
Hernes, hiinakapsas*, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatood (keefir R2,5%), vesi sidruniga	200g	250g
Porgandi- hernehautis (hernes, porgand,,köögiviljad, ma)	120g	130g

Teisipäev 25.03	Põhikool III	Gümnaasium
Borš kanaga (peet,kapsas,porgand,sibul,kanaliha, ma,äädikas) , <i>hapukoor R20%</i>	320g/20g	350g/20g
Kala-aedviljasupp (kartul,kala,porgand,sibul,porru,ma)	320g	360g
Kana-riisusupp (kartul,riis,porgand,sibul,kana,rapsiõli, ma)	320g	340g
Piimakissell (<i>piim R2,5%</i> , tärklis, suhkur) moosiga	220g/20g	240g/25g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Õuna-amps*	120g	150g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)	330g	350g

Kolmapäev 26.03	Põhikool III	Gümnaasium
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <i>hapukoor</i> ,sibul, <i>nisujahu</i> ,ma)	120g	130g
Mulgikapsad sealihaga (hapukapsas,sealiha,odrakruubid,sibul,ma)	130g	145g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	180g	200g
Peedisalat	75g	75g
Redis*, porgand*, seemned, salatikaste	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatood(<i>piim R2,5%</i>),vesi sidruniga	200g	200g
Apelsiniamps	120g	150g
Porgandi- kikerhernekarr (kikerhernes, porgand,, <i>koor</i> , ma)	120g	130g

Neljapäev 27.03	Põhikool III	Gümnaasium
Kanakaste köögiviljadega (kana, <i>piim R2,5%</i> ,porgand,oad,sibul, <i>nisujahu</i> ,ma)	120g	130g
Kala-köögiviljavormiroog (<i>vahukoor</i> ,kala,köögiviljad, sibul,tomatipasta , <i>juust</i> ,rapsiõli,till,ma)	100g	110g
Riis ,tatar , kartul, hirss	180g	200g
Kapsa- porgandisalat	75g	75g
Kaalikas*, redis*, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
PRIA piimatood (<i>maitsestatud jogurt R2,5%</i>),vesi marjadega	200g	200g
Pirn*	120g	150g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	320g	340g

Reede 28.03	Põhikool III	Gümnaasium
Hautatud sealiha seene-hapukoore kastmes (sealiha,šampinjon,porgand, sibul, rapsiõli, <i>nisujahu</i> , <i>hapukoor R20%</i> ,ma)	120g	140g
Kana magushapuskastmes (kana kintsuliha,ananass,paprika,sibul, <i>nisujahu</i> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli)	140g	150g
Riis ,tatar , <i>odrakruubipuder</i> , kartul	180g	200g
Hiinakapsa- idusalat	75g	75g
Kapsas*, porgand, salatikaste, seemned	75g	75g
<i>Leivavalik</i>	60g	60g
Mahlajook	200g	200g
Hautatud köögiviljad hernerestega (köögiviljad,lhersedrapsiõli ,ma)	120g	130g

Teavet toidu talumatust põhjustada võivate toidu koostisosade sealhulgas allergeenide kohta saab peakoka käest .
PRIA piimatooted 1-9 klassile