

# Koolilõuna menüü 21-25.04

OÜ Orfeum

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

## Esmaspäev 21.04

|  | Põhikool I | Põhikool II |
|--|------------|-------------|
| Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <b>hapukoor</b> ,sibul, <b>nisujahu</b> ,ma)                         | 100g       | 110g        |
| Kana magushapuskastmes<br>(kana kintsuliha,ananass,paprika,sibul, <b>nisujahu</b> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli) | 100g       | 110g        |
| Pasta, tatar, riis, riis köögiviljadega  | 160g       | 170g        |
| Porgand*, redis*, salatikaste, seemned   | 50g        | 60g         |
| Värskekapsasalat tilliga   | 50g        | 60g         |
| <i>Leivavalik</i>  | 50g        | 50g         |
| Vesi marjadega   | 200g       | 200g        |
| Köögiviljabolognese ubadega (köögiviljad,oad,tomatipasta,rapsiõli ,ma)   | 80g        | 90g         |

## Teisipäev 22.04

|   | Põhikool I | Põhikool II |
|---|------------|-------------|
| Hernesupp sealihaga (hernes, <b>odrakuup</b> ,suitsusealiha,sibul,porgand,ma)             | 250g       | 270g        |
| Kala-riisipupp (kartul,riis,porgand,sibul,kala,rapsiõli, ma)                              | 220g       | 230g        |
| Köögiviljapüreesupp kanaga (köögiviljad,kana,ma)  | 300g       | 320g        |
| Kamavaht marjadega ( <i>kohupiim</i> , <b>vahukoor</b> , <b>kamajahu</b> ,suhkur, marjad) | 170g       | 190g        |
| <i>Leivavalik</i>   | 50g        | 50g         |
| Õunaamps*   | 80g        | 100g        |
| Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerhersed)                     | 300g       | 310g        |

## Kolmapäev 23.04

|   | Põhikool I | Põhikool II |
|---|------------|-------------|
| Hautatud sealiha köögiviljadega koorekastmes<br>(sealiha,porgand,paprika, lillkapsas, <b>koor</b> ,sibul,rapsiõli, till,ma) | 90g        | 100g        |
| Heeringa-kodujuustukaste (heeringas, <b>kodujuust</b> , <b>hapukoor</b> ,ma)  | 80g        | 90g         |
| Tatar, riis, kartul , odrakuubipuder  | 160g       | 170g        |
| Värske kapsas*, porgand, seemned, salatikaste   | 50g        | 60g         |
| Peedi-õunasalat   | 50g        | 60g         |
| <i>Leivavalik</i>   | 50g        | 50g         |
| PRIA piimatood (keefir R2,5%) ,vesi sidruniga   | 200g       | 200g        |
| Pirniamps*  | 80g        | 100g        |
| Odrakuubipuder seente ja sibulaga<br>( <i>odrakuubid</i> , sibul, šampinjon,rapsiõli)                                       | 260g       | 280g        |

## Neljapäev 24.04

|   | Põhikool I | Põhikool II |
|---|------------|-------------|
| Värskekapsa-hakklihahautis (kapsas, seguhakkliha,ma)  | 100g       | 110g        |
| Strooganov kalkunilihast (kalkuniliha, <b>koor R20%</b> ,sibul,rapsiõli, <b>nisujahu</b> )            | 100g       | 110g        |
| Riis, tatar, kartul, hirss  | 160g       | 170g        |
| Hapukapsas, porgand*, seemned, salatikaste  | 50g        | 60g         |
| Hiinakapsa- tomatosalat   | 50g        | 60g         |
| <i>Leivavalik</i>   | 50g        | 50g         |
| Kamajook ( <i>keefir</i> , <b>kamajahu</b> , suhkur),<br>vesi sidruniga, PRIA piimatood (piim R 2,5%) | 200g       | 200g        |
| Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)                                      | 280g       | 300g        |

## Reede 25.04

|   | Põhikool I | Põhikool II |
|---|------------|-------------|
| Kartuli-klimbisupp kanaga( kartul,porgand,sibul,kana,<br><b>muna</b> , <b>nisujahu</b> ,rapsiõli), <b>hapukoor R20%</b> | 280g/10g   | 300g/10g    |
| Hapukapsasupp sealihaga (kapsas,porgand, <b>odrakuubid</b> ,sibul,sealiha,ma)<br><b>hapukoor R20%</b>                   | 270g/15g   | 290g/15g    |
| Aedviljasupp kanaga<br>(kartul,kapsas,porgand,hernes,kana, sibul,rapsiõli, ma)  | 280g       | 300g        |
| Mannavaht ( <b>manna</b> ,mahl,suhkur ) piimaga   | 110g/100g  | 130g/120g   |
| <i>Leivavalik</i>   | 50g        | 50g         |
| Apelsini-amps   | 80g        | 100g        |
| Köögiviljapüreesupp (kartul, köögiviljad, hernes,ma)  | 300g       | 310g        |

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