

# Koolilõuna menüü 28.04-02.05

OÜ Orfeum

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

| Esmaspäev 28.04                                                                                                                | Põhikool III | Gümnaasium |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
| Guljašš hakklihaga<br>(hakkliha, <b>koor,nisujahu</b> ,tomatipasta,sibul,rapsiõli,ma)                                          | 120g         | 130g       |
| Ahjukala paprika ja spinatiga koorekastmes<br>(kala, <b>hapukoor R20%</b> ,sibul,paprika,spinat, <b>nisujahu</b> ,ma,rapsiõli) | 120g         | 130g       |
| Pasta, tatar, riis, riis köögiviljadega                                                                                        | 180g         | 200g       |
| Porgand, hernes,seller salatikaste, seemned                                                                                    | 75g          | 75g        |
| Värskekapsa-ananassisalad                                                                                                      | 75g          | 75g        |
| Leivavalik                                                                                                                     | 60g          | 60g        |
| Mahlajook                                                                                                                      | 200g         | 250g       |
| Kapsahautis läätsedega (kapsas,läätsed,sibul,rapsiõli,ma)                                                                      | 120g         | 130g       |

| Teisipäev 29.04                                                                                              | Põhikool III | Gümnaasium |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
| Peedisupp kanaga (kana,kartul,peet,kapsas,porgand,sibul,ma),<br><b>hapukoor R20%</b>                         | 330g/10g     | 360g/15g   |
| Hartšoo veiseliha (riis,veiseliha,sibul,tomatipasta,rapsiõli, ma)                                            | 320g         | 340g       |
| Kala-pastasupp (kala, <b>pasta</b> , kartul, porgand, ma )                                                   | 320g         | 340g       |
| Panna cotta marjapüreega<br>( <b>Piim R2,5%</b> , <b>vahukoor R35%</b> ,suhkur,maisitärklis,želatiin,marjad) | 130g/30g     | 140g/30g   |
| Leivavalik                                                                                                   | 60g          | 60g        |
| Pirniamps                                                                                                    | 120g         | 150g       |
| Köögiviljapüreesupp (porgand,rapsiõli,sibul,hernes,kartul,ma)                                                | 330g         | 350g       |

| Kolmapäev 30.04                                                                         | Põhikool III | Gümnaasium |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
| Sealiha-köögiviljakaste (seakliha,köögiviljad, <b>koor</b> ,sibul, <b>nisujahu</b> ,ma) | 120g         | 130g       |
| Kana-köögiviljahautis (kana,porgand,kapsas,uba,ma)                                      | 120g         | 130g       |
| Kartulipüree (kartul, <b>piim</b> ), riis, tatar, hirss                                 | 180g         | 200g       |
| Peet,porgand, idud, seemned, salatikaste                                                | 75g          | 75g        |
| Kaalikasalat                                                                            | 75g          | 75g        |
| Leivavalik                                                                              | 60g          | 60g        |
| PRIA piimatoode ( <b>piim R2,5%</b> ), <b>keefir R2,5%</b> , vesi marjadega             | 200g         | -/250g     |
| Meloniamps                                                                              | 120g         | 150g       |
| Köögiviljabolognese läätsedega(köögiviljad,läätsed,tomatipasta,rapsiõli ,ma)            | 100g         | 110g       |

| Reede 02.05                                                                                                        | Põhikool III | Gümnaasium |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
| Kana köögivilja- juustukastmes<br>(kana, köögiviljad, <b>sulatatud juust</b> , <b>või,nisujahu,piim</b> ,till, ma) | 120g         | 125g       |
| Chilli con carne (seguhakkliha, sibul, tomat, uba )                                                                | 120g         | 130g       |
| Riis, tatar, <b>odrakruubipuder</b> , kartul                                                                       | 180g         | 200g       |
| Porgandisalad                                                                                                      | 75g          | 75g        |
| Hiinakapsas,redis, till, seemned, salatikaste                                                                      | 75g          | 75g        |
| Leivavalik                                                                                                         | 60g          | 60g        |
| PRIA piimatoode ( <b>keefir R2,5%</b> ), piim R2,5%,vesi sidruniga                                                 | 200g         | 250g       |
| Õunaamps                                                                                                           | 120g         | 150g       |
| Köögiviljapada hernestega (köögiviljad,herned,ma, rapsiõli)                                                        | 140g         | 160g       |

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

PRIA PIIMATOOTED 1-9 KLASSILE