

Koolilõuna menüü 26-30.05

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 26.05	Põhikool I	Põhikool II
Hakklihakaste ürtidega (seguhakkliha,ürdid, koor 20%,nisujahu , sibul,ma)	90g	100g
Ahjuroog, kana, köögiviljade ja bataadiga (kana, bataat,brokoli,lillkapsas,seller,kõõmned,till,rapsiõli)	100g	110g
Pasta, tatar, riis köögiviljadega, riis	160g	170g
Kapsa-porgandisalat	50g	60g
Punane kapsas *, seller*, salatikaste, seemned	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>keefir R2,5%,</i>), vesi marjadega, <i>piim R2,5%</i>	200g	200g
Köögiviljahautis seentega (kapsas,seened, sibul,köögiviljad,rapsiõli)	100g	110g

Teisipäev 27.05	Põhikool I	Põhikool II
Talupojasupp kanaga (kartul, odrakruubid ,porgand,kaalikas,sibul,hakkliha ,rapsiõli,ma)	260g	280g
Hakklihasupp (kartul,porgand,hakkliha, köögivili,rapsiõli, ma)	260g	280g
Rikkalik köögiviljasupp veiselihaga (kartul,kaalikas,porgand,porru,kapsas,sibul,rapsiõli,veiselih,ma)	280g	300g
Riisivaht (riis, piim R2,5% ,suhkur, vahukoos R35%) , marjad*	160g/20g	170g/20g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Õunaamps*	80g	100g
Köögiviljapüreesupp (porgand,rapsiõli,sibul,hernes,kartul,ma)	300g	310g

Kolmapäev 28.05	Põhikool I	Põhikool II
Lihapallid koorekastmes (liha(kana, sea) , nisujahu,piim,koor R10%,nisujahu ,rapsiõli,ma)	50g/50g	50g/60g
Tomatine sealihapada (kapsas,porgand,kaalikas,tomat, sealiha,ma)	100g	110g
Kartul, riis, tatar, odrakruubipuder	160g	170g
Värskekapsasalat kurgiga	50g	60g
Porgand*, hiinakapsas*, seemned, salatikaste	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>piim R2,5 %</i>), vesi sidruniga	200g	200g
Pirniamps*	80g	100g
Köögiviljapada kikerhernestega (köögiviljad,kikerherned,ma, rapsiõli)	120g	130g

Neljapäev 29.05	Põhikool I	Põhikool II
Köögiviljaragu seahakklihaga (kapsas,porgand,kaalikas,hakkliha,hernes,sibul,ma)	120g	130g
Kanakarri kana, koor,piim,paprika ,sibul, nisujahu ,karri, rapsiõli,ma)	100g	110g
Riis, odrakruubipuder , tatar ,kartul	160g	170g
Peedi-hapukapsasalat	50g	60g
Redis*,porgand*, seemned, salatikaste	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
Vesi sidruniga	200g	200g
Greibiams	80g	100g
Köögiviljabolognese läätsedega(köögiviljad,läätsed,tomatipasta,rapsiõli ,ma)	80g	90g

Reede 30.05	Põhikool I	Põhikool II
Kala- köögiviljaahjuroog (kala,tomat,porgand,sibul,paprika,ma)	120g	130g
Hakkliha- tomatikaste seentega (hakkliha,seened,sibul,toamtikonserv, nisujahu,koor R10% ,ma)	100g	110g
Kartul, riis, tatar, hirss	160g	170g
Rukola, porgand*, seemned, salatikaste	50g	60g
Köögiviljasalat	50g	60g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g
PRIA piimatoode (<i>maitsestatata jogurt R2,5%</i>), vesi	200g	200g
Köögiviljakarri ubadega(porgand,köögiviljad,sibul,oad,rapsiõli, koor)	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