

Koolilõuna menüü 08-12.09

OÜ Orfeum

Esmaspäev 08.09	Põhikool I	Põhikool II
Juustune hakklihakaste (hakkliha, piim , mugulsibul, nisujahu , sulatatud juust , ma)	80g	90g
Kanapada (kana, porgand, kaalikas, sibul, nisujahu , kohvikoor , brokkoli, uba)	100g	110g
Pasta , tatar, riis, riis köögiviljadega	160g	170g
Porgand, hernes, salatikaste, seemned	50g	60g
Värskekapsa-ananassisalad	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
Vesi marjadega, vesi	200g	200g
Õunaamps	80g	100g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	280g	300g

Teisipäev 09.09	Põhikool I	Põhikool II
Kana- köögiviljasupp riisnuudlitega (kartul, kanaliha, porgand, brokoli, paprika, riisnuudlid, sibul, rapsiõli, sool)	280g	300g
Köögiviljapüreesupp juustuga (köögiviljad, sulatatud juust , ma)	280g	300g
Köögiviljasupp sealihaga (kartul, sealiha, köögiviljad, sibul, porru, ma)	280g	290g
Kama- mannavahat piimaga (piim R2,5%, õunamahl vesi jõhvikad, manna (nisu) , suhkur rukkikamajahu)	100g/100g	110g/110g
Leivavalik	50g	50g
Pirniamps, kaalikaamps	80g	100g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas, kartul, porgand, paprika, kikerhernes)	300g	310g

Kolmapäev 10.09	Põhikool I	Põhikool II
Köögiviljahautis hakklihaga (kapsas, kaalikas, porgand, hakkliha, ma)	115g	125g
Kalkuni-köögiviljahautis hapukoorega (kalkuniliha, porgand, sibul, oad, ma hapukoor R20%)	100g	110g
Kartul, riis, tatar, odrakruubipuder	160g	170g
Hiinakapsas, kapsas, seemned, salatikaste	50g	60g
Porgandi- paprikasalad	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatoode (keefir R2,5%), piim R2,5% , vesi	200g	200g
Hautatud köögiviljad läätsedega (köögiviljad, läätsed, rapsiõli ,ma)	100g	110g

Neljapäev 11.09	Põhikool I	Põhikool II
Koorene kalasupp (kartul, porgand, kala, porru, rapsiõli, koor R10% , ma)	280g	310g
Peedisupp kanaga (kana, kartul, peet, kapsas, porgand, sibul, ma), hapukoor R20%	280g/5g	300g/10g
Talupojasupp hakklihaga (kartul, odrakruubid , porgand, kaalikas, sibul, hakkliha , rapsiõli, ma)	260g	280g
Õunavorm kaerahelvestega (õun, nisujahu , kaneel, kaerahelbed, taimne rasv), piim R2,5%	110g	120g
Leivavalik	50g	50g
Porgandiamps	80g	100g
Läätsesupp porgandi ja sibulaga (kartul, porgand, läätsed, mugulsibul, küüslauk, rapsiõli, till, sool)	300g	310g

Reede 12.09	Põhikool I	Põhikool II
Paneeritud kala (kala, rapsiõli, nisujahu , ma)	60g	60g
Jogurti-kurgikaste (maitsestatud jogurt , kurk, ma)	50g	60g
Koorekaste (koor R10% , nisujahu , rapsiõli, ma)	50g	60g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	160g	170g
Porgand, peet, seemned, salatikaste	50g	60g
Kapsasalad marjadega	50g	60g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatoode (keefir R2,5%), vesi sidruniga	200g	200g
Apelsiniamps	80g	100g
Tomatine läätsehautis (tomat, läätsed, rapsiõli ,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