

Koolilõuna menüü 05-09.05

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 05.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Kurzeme strooganov (sealiha, hapukoor , sibul, nisujahu , kons.kurk , ma, rapsiõli)	80g	90g	100g
Kanapada (kana, porgand, kaalikas, sibul, nisujahu , kohvikoor , brokkoli, uba)	100g	110g	140g
<i>Pasta</i> , tatar, riis, riis köögiviljadega	160g	170g	180g
Porgand*, hernes, salatikaste, seemned	50g	60g	75g
Värskekapsa-kurgisalat	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
Vesi marjadega, vesi	200g	200g	200g
Õunaamps*	80g	100g	120g
Ühepajatoit ubadega (kartul, kapsas, porgand, kaalikas, oad, ma)	280g	300g	320g

Teisipäev 06.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Minestrone supp kanaga (pasta , porgand, oad, paprika, tomat, kana, porru, sibul, ma)	280g	300g	320g
Aedviljasupp hakklihaga (kartul, kapsas, porgand, hakkliha, sibul, rapsiõli, ma)	280g	300g	340g
Kuldne kalasupp (kartul, tomat, porgand, rapsiõli, sibul, porru, kala)	280g	310g	320g
Kohupiimavorm (kohupiim, manna, suhkur, taimeõli, muna, hapukoor) kisselliga (mahl, tärklis, suhkur)	90g/100g	100g/120g	110g/130g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
Pirniamps*, kaalikaamps*	80g	100g	120g
Köögivilja-kikerhernesupp (kapsas, kartul, porgand, paprika, kikerhersed)	300g	310g	330g

Kolmapäev 07.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Hakklihakaste paprikaga (hapukoor , seguhakkliha, paprika, nisujahu , sibul, rapsiõli, ma)	100g	110g	120g
Kalkuni-köögiviljahautis hapukoorega (kalkuniliha, porgand, sibul, oad, ma hapukoor R20%)	100g	110g	120g
Kartul, riis, tatar, odrakruubipuder	160g	170g	180g
Hiinakapsas*, kapsas*, seemned, salatikaste	50g	60g	75g
Porgandi- paprikasalat	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
PRIA piimatode (keefir R2,5%), piim , vesi	200g	200g	200g
Hautatud köögiviljad ubadega (köögiviljad, oad, rapsiõli ,ma)	100g	110g	120g

Neljapäev 08.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Paneeritud kala (kala, rapsiõli, nisujahu , ma)	60g	60g	70g
Jogurti-kurgikaste (maitsestatat jogurt , kurk, ma)	50g	60g	60g
Koorekaste (koor R10% , nisujahu , rapsiõli, ma)	50g	60g	60g
Kartul, riis, tatar, riis köögiviljadega	160g	170g	180g
Porgand*, peet*, seemned, salatikaste	50g	60g	75g
Kapsasalat marjadega	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
PRIA piimatode (maitsestatata jogurt R2,5%), vesi sidruniga	200g	200g	200g
Köögiviljahautis kikerhernestega (köögiviljad, kikerhersed, rapsiõli ,ma)	120g	130g	140g

Reede 09.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Külasupp hakklihaga (kartul, odrakruup , porgand, kaalikas, sibul, hakkliha, rapsiõli, ma), hapukoor R20%	280g/5g	300g/5g	320g/15g
Guljašš-supp sealihaga (kartul, sibul, paprika, porgand, porru, tomat, sealiha, ma), hapukoor R20%	270g/10g	290g/15g	320g/15g
Köögiviljapüreesupp kanaga	280g	300g	320g
Õunakissell (õun, kartulijahu, suhkur) vahukoorega	180g/20g	200g/20g	220g/25g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
Greibiamps	80g	100g	120g
Tomatine läätsesupp (kartul, läätsed, porgand, sibul, tomat, ma)	300g	310g	330g

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