

Koolilõuna menüü 12-16.05

OÜ Orfeum

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

Esmaspäev 12.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Hakklihakaste porgandiga (<i>hapukoor</i> ,seguhakkliha,porgand, <i>nisujahu</i> ,sibul,rapsiõli,ma)	100g	110g	120g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	100g	110g	120g
Tatar, riis, riis kõögiviljadega, <i>odrakruubipuder</i>	160g	170g	180g
Kapsasalat kurgiga	50g	60g	75g
Porgand*, redis*, seemned, salatikaste	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
Vesi sidruniga	200g	200g	200g
Õunaamps*	80g	100g	120g
Kõögiviljapada ubadega (kõögiviljad,oad,ma, rapsiõli)	100g	110g	120g

Teisipäev 13.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Sealiha- kõögiviljahautis (kaalikas,kapsas,porgand,sealiha,sibul,ma)	120g	140g	150g
Carbonara kaste (sink, <i>koor R10%</i> , <i>sulatatud juust,nisujahu,piim R2,5%</i> ,sibul,küüslauk,ma)	80g	90g	100g
Kartul, riis, pasta, <i>hirss</i>	160g	170g	180g
Porgand *,peet *,salatikaste, seemned	50g	60g	75g
Värskekapsa-hiinakapsasalat marjadega	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
PRIA piimatoode (<i>maitsestatamata jogurt R2,5%</i>), <i>piim</i> ,vesi marjadega	200g	200g	200g
Kõögiviljahautis kikerhernestega (kõögiviljad,kikerherned,rapsiõli ,ma)	120g	130g	140g

Kolmapäev 14.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Rassolnik kanaga (kartul, <i>konserve.kurk,odrakruup</i> ,porgand,sibul,kana, rapsiõli,ma), <i>hapukoor R20%</i>	280g/5g	300g/5g	330g/15g
Sealiha-aedviljasupp (kartul,sealiha,kõögiviljad,sibul,porru,ma)	280g	290g	320g
Tomatine kanasupp (kana,kartul,paprika,porru,uba, tomat,ma)	280g	300g	320g
Riisipuder (riis, <i>piim r2,5%</i> ,suhkur) kisselliga (mahl,tärklis,suhkur)	100g/100g	120g/120g	130g/130g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
Pirniamps*	80g	100g	120g
Kõögivilja-kikerhernesupp (kapsas,kartul,porgand,paprika,kikerherned)	300g	310g	330g

Neljapäev 15.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Küpsetatud kana poolkoib (kana, rapsiõli, ma)	1tk	1tk	1tk
Koorekaste (<i>koor R10%</i> , <i>nisujahu</i> ,rapsiõli,ma)	50g	60g	70g
Jogurti-kurgikaste(<i>maitsestatamata jogurt</i> , kurk,ma)	50g	60g	60g
Tatar, riis, riis kõögiviljadega, kartul	160g	170g	180g
Kapsa- porgandisalat	50g	60g	75g
Kaalikas*, seller, salatikaste, seemned	50g	60g	75g
<i>Leivavalik</i>	50g	50g	60g
PRIA piimatoode (<i>piim R2,5%</i>),vesi marjadega	200g	200g	200g
Kõögiviljabolognese ubadega(kõögiviljad,oad,tomatipasta,rapsiõli ,ma)	80g	90g	100g

Reede 16.05	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III
Värskekapsasupp sealihaga (kapsas,porgand,kartul,juurseller,sibul,rapsiõli,sealiha)	280g	300g	320g
Kala-riisipupp (kartul,riis,porgand,sibul,kala,rapsiõli, ma)	280g	300g	320g
Kõögiviljapüreesupp juustuga (kõögiviljad, <i>toorjuust</i> ,ma)	280g	300g	320g
Kakaokissell (<i>piim R2,5%</i> , tärklis, suhkur) moosiga	180g/15g	200g/15g	220g/20g
<i>Leivavalik</i>	40g	40g	50g
Apelsiniamps	80g	100g	120g
Värskekapsasupp läätsega (kapsas,porgand,kartul,juurseller,sibul,rapsiõli,läätsed)	300g	310g	330g

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

*PRIA KOOLIKAVA TOETUSKAVA RAAMES JAGATAVAD PUU – JA KÕÖGIVILJAD 1-6 KLASSILE

PRIA piimatooted 1-9 klassile