

Koolilõuna 10-14.11.2025

PRIA KOOLIPIIMA JA PUU-JA KOOGIVILJA PAKUME IGA PÄEV
Sisaldab G-gluteeni L-laktoosi PT-portsjontoode
Teavet menüüs sisalduvate allergiideni kohta küsi köögipersonalilt
Taimetoit võib sisaldada muna-ja piimatooteid



			I vanuseaste	II vanuse aste	III vanuseaste
			Kogus, g	Kogus, g	Kogus, g
Esmaspäev					
Lõunasöök	Tikka Masala kastmes kanalihatükid (L)	Basiilik, kuivatatud, kanaliha, kintsuliha, nahata, toores, jahutatud, küüslauk, värske, mahe, mugulsibul, värske, mahe, must pipar, purustatud või jahvatatud, oliiviõli, külmpressitud või kuumpressitud, paprika, värske, suhkur, suvikõrvits, värske ja tomat, värske.	170,00	170,00	170,00
Taimetoit	Tikka Masala kastmes paprika	Ingver, jahvatatud, jogurt, maitsestatamata, R 2,5% 3%, kaneel, jahvatatud, koriandriseemned, kurkum, jahvatatud, köömned, kuivaine, küüslauk, värske, mugulsibul, värske, mahe, nelk, kuivatatud, paprika, jahvatatud, sidrunimahli või laimimahli, värske, tomat, värske ja vesi.	30,00	30,00	30,00
	Täisterapasta/pasta (G)	Täisterapasta/pasta, vesi, söögisool, toiduõli	50,00	50,00	50,00
	Kurkumiga riis, keedetud	Riis, vesi, söögisool, kurkum	40,00	50,00	60,00
	Peedi-piprajuuresalat (L)	Keedupeet, määrarõigas (piprajuur), hapukoor R 10%, õun, sidrunimahli, söögisool	40,00	50,00	60,00
Salatikomponendid	Peakapsas, kurk, herned		40,00	50,00	60,00
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	5,00	5,00
	Seemnesequ	Kõrvitsaseemned, päevalilleseemned, seesamiseemned	15,00	15,00	15,00
	PRIA Pimatoode (piim, keefir) (L)		200,00	200,00	200,00
	Rukkkleiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	50,00	50,00
	Õun (PRIA)		100,00	100,00	100,00
	Kokku:		740,00	770,00	800,00
Teisipäev			Kogus, g	Kogus, g	Kogus, g
Lõunasöök	Kanasupp maisi ja sulajustuga (L)	Kanaliha, kartul, porgand, mugulsibul, porulauk, mais, kanapuljong, vesi, toidukoor R 10%, sulatatud juust R 9%, kuivatatud tüümian, söögisool, must pipar, petersell	110,00	110,00	110,00
Taimetoit	Frikadellisupp (G, M)	Kartul, kooreta, toores, mahe, mugulsibul, värske, mahe, muna, toores, must pipar, purustatud või jahvatatud, petersell, värske, porgand, mahe, värske, rapsiõli, riivsepi, segahakkliha, sea-veise, toores, R 15%, jahutatud, sool, till, värske, varsseller, värske ja vesi.	110,00	110,00	110,00
Taimetoit	Koorene maisi-sulajustussupp (L)	Kartul, porgand, mugulsibul, porulauk, mais, vesi, toidukoor R 10%	40,00	40,00	40,00
	Kohupiimakreem (L) /Mustsõstratoormoos	Kohupiim(Lahja) mustad sõstrad, külmutatud, mahe ja suhkur.	140,00	160,00	180,00
	Meloniseemned, kuivaine		15,00	15,00	15,00
	PRIA Pimatoode (piim, keefir) (L)		200,00	200,00	200,00
	Rukkkleiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	50,00	50,00
	Kapsas, valge/punane (PRIA)		100,00	100,00	100,00
	Kokku:		765,00	785,00	805,00
Kolmapäev			Kogus, g	Kogus, g	Kogus, g
Lõunasöök	Räim, praetud (PT)	Rapsiõli ja räimifilee, toores, jahutatud.	85,00	85,00	85,00
Taimetoit	Tatra-šampinjonipihv (G, M, PT)	Tatar, šampinjonid, mugulsibul, kanamuna, riivsa, täisteranisujahu, toiduõli, söögisool, must pipar, jahvatatud paprika	15,00	15,00	15,00
	Kartuli-porgandipüree (L)	Kartul, porgand, piim R 2,5%, või R 82%, vesi, söögisool, must pipar	60,00	80,00	100,00
	Kuskuss, keedetud (G)	Kuskuss, vesi, söögisool	60,00	80,00	100,00
	Soe valge kaste (G, L)	Nisujahu, toiduõli, piim R 2,5%, toidukoor R 15%, söögisool	80,00	100,00	120,00
	Savoi kapsa-paprika-avokaadosalat	Avokaado, värske, kuubikud, savoi kapsas, värske, riivitud, paprika, punane, värske ja sidrunimahli või laimimahli, värske.	40,00	50,00	60,00
Salatikomponendid	Porgand, tomat, redis		40,00	50,00	60,00
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	5,00	5,00
	Seemnesequ	Kõrvitsaseemned, päevalilleseemned, seesamiseemned	15,00	15,00	15,00
	PRIA Pimatoode (piim, keefir) (L)		200,00	200,00	200,00
	Rukkkleiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	50,00	50,00
	Pim (PRIA)		100,00	100,00	100,00
	Kokku:		750,00	830,00	910,00
Neljapäev			Kogus, g	Kogus, g	Kogus, g
Lõunasöök	Hartšoo erineva lihaga (G)	Kanaliha, koivaliha, nahata, toores, jahutatud, küüslauk, värske, loorber, kuivatatud, mugulsibul, värske, mahe, nisujahu, kuivaine, rapsiõli, riis, poleeritud, kuivaine, vesi, sealih, kaelakarbonaad, jahutatud, värske, tomat, värske, veiselih, abatük, jahutatud, mahe, värske ja vesi.	110,00	110,00	110,00
	Kana-paprikasupp	Juurpetersell, värske, kanaliha, koivaliha, nahata, toores, jahutatud, mugulsibul, värske, mahe, murulauk, värske, külmutatud, paprika, punane, värske, porgand, mahe, värske, rapsiõli, riis, poleeritud, kuivaine ja vesi.	110,00	110,00	110,00
Taimetoit	Taimne hartšoo punaste ubadega	Küüslauk, värske, loorber, kuivatatud, mugulsibul, värske, mahe, oad, punased, kuivatatud, vesi, paprika, jahvatatud, rapsiõli, riis, poleeritud, kuivaine, vesi, tomat, värske, vesi ja hapukoor, R 10%.	40,00	40,00	40,00
	Hapukoor, R 10% (L)		30,00	30,00	30,00
	Jogurti-kamadessert (G, L) /Marjakaste	Jogurt, maitsestatamata, R 2,5%–3%, kamajahu, kuivaine, suhkur, kuivaine, vahukoor, R 35%, maasikad, külmutatud, mahe, mustad sõstrad, külmutatud, mahe, punased sõstrad, külmutatud, mahe, suhkur ja vaarikad, külmutatud, mahe.	140,00	160,00	180,00
	PRIA Pimatoode (piim, keefir) (L)		200,00	200,00	200,00
	Rukkkleiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	50,00	50,00
	Porgand (PRIA)		100,00	100,00	100,00
	Kokku:		780,00	800,00	820,00
Reede			Kogus, g	Kogus, g	Kogus, g
Lõunasöök	Kotlet, veisehakklihast, paneeritud, ahjus küpsetatud(G,PT)	Riivsepi, veisehakkliha, toores, R 7%, mahe, Liivimaa ja vesi.	85,00	85,00	85,00
Taimetoit	Värskekapsa-läätsehautis	Küüslauk, värske, läätse, kuivatatud, mugulsibul, värske, mahe, oliiviõli, külmpressitud või kuumpressitud, peakapsas, valge, värske, mahe, petersell, värske, porgand, mahe, värske, till, värske ja vesi.	15,00	15,00	15,00
	Kartul, aurutatud		60,00	80,00	100,00
	Bulgur, keedetud	Tatar, vesi, söögisool	60,00	80,00	100,00
	Kõrvitsa-apelsinisalat	Kõrvits, apelsin	40,00	50,00	60,00
Salatikomponendid	Peed, mais, marineeritud kurk		40,00	50,00	60,00
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	5,00	5,00
	Seemnesequ	Kõrvitsaseemned, päevalilleseemned, seesamiseemned	10,00	10,00	10,00
	PRIA Pimatoode (piim, keefir) (L)		50,00	50,00	50,00
	Rukkkleiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	50,00	50,00
	Õun (PRIA)		100,00	100,00	100,00
	Kokku:		515,00	575,00	635,00
NÄDALA KESKINE KOKKU:			710,00	752,00	794,00