

Koolilõuna menüü 18-22.10

OÜ Orfeum

Esmaspäev 18.10	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III	Gümnaasium
Hakklihakaste köögiviljadega (seguhakkliha,köögiviljad, hapukoor R20%,nisujahu , sibul,ma)	70g	80g	90g	100g
Riis, pasta, kartul, läätsed	160g	170g	180g	200g
Kapsas, hiinakapsas	50g	60g	75g	75g
Porgand, redis, salatikaste,seemned	50g	60g	75g	75g
Leivavalik	40g	40g	50g	50g
Koolipiim R2,5%, -keefir R2,5%	200g	200g	200g	200g
Õunaamps	100g	120g	150g	150g
Kala tomati-koorekastmes (kala, nisujahu ,tomat, kohvikoor r20% ,sibul , piim R2,5% ,ma)	100g	110g	120g	130g
Köögivilja-läätsepada (porgand,kapsas,paprika,sibul,läätsed,rapsiõli,ma)	100g	110g	120g	140g

Teisipäev 19.10	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III	Gümnaasium
Kana-köögiviljahautis (porgand,kana,lillkapsas,paprika,herned,ma)	100g	110g	120g	130g
Tatar,riis,odrakruubipuder,kartul	160g	170g	180g	200g
Peet, hapukapsas	50g	60g	75g	75g
Porgand,kaalikas,salatikaste,seemned	50g	60g	75g	75g
Leivavalik	40g	40g	50g	50g
Koolipiim R2,5%	200g	200g	200g	250g
Pirniamps	100g	120g	150g	150g
Hakklihakaste (hapukoor R20% ,seguhakkliha, nisujahu ,sibul,rapsiõli,ma)	100g	110g	120g	130g
Köögiviljapada hernerestega (köögiviljad,herned,ma, rapsiõli)	120g	130g	140g	160g

Kolmapäev 20.10	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III	Gümnaasium
Böfstrooganov (veiseliha, hapukoor R20% ,sibul,rapsiõli, nisujahu)	100g	110g	120g	130g
Kartul, tatar,riis,odrakruubipuder	160g	170g	180g	200g
Kapsas, kaalikas,salatikaste,seemened	50g	60g	75g	75g
Porgandi-rohelise sibula salat	50g	60g	75g	75g
Leivavalik	40g	40g	50g	50g
Mahlajook, koolipiim R2,5%, - keefir R2,5%	200g	200g	200g	200g
Melonilõik	80g	100g	120g	150g
Köögivilja-hakklihahautis (kapsas,köögiviljad, seguhakkliha,ma)	150g	160g	180g	190g
Köögivilja-oapada(köögiviljad,läätsed,rapsiõli; ma)	100g	120g	130g	140g

Neljapäev 21.10	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III	Gümnaasium
Minestrone supp kanaga (pasta ,porgand,oad,paprika,tomat,kana,porru,sibul,ma)	280g	300g	340g	360g
Rukkijahuvaht (rukkijahu,mahl,suhkur) piimaga	100g/100g	110g/110g	130g/120g	140g/140g
Leivavalik	40g	40g	50g	50g
Koolipiim R2,5%, -keefir 2,5%	200g	200g	200g	250g
Õunaamps	80g	100g	120g	150g
Kala-aedviljasupp (kartul, kala ,porgand,sibul,porru,ma)	280g	290g	320g	360g
Köögiviljapüreesupp läätsedega (kartul, porgand,sibul,rapsiõli, läätsed)	300g	310g	330g	350g
Piima-kruubisupp	280g	300g	330g	360g

Reede 22.10	Põhikool I	Põhikool II	Põhikool III	Gümnaasium
Küpsetatud kala koorekastmes (kala,sibul,rapsiõli, toidukoor R 20% ,ma)	100g	120g	140g	150g
Kartul, läätsed ,riis,odrakruubipuder	160g	170g	180g	200g
Porgandi-ananassisalad	50g	60g	75g	75g
Hiinakapsas, paprika,salatikaste,seemned	50g	60g	75g	75g
Leivavalik	40g	40g	50g	50g
Kamajook, koolipiim R2,5%	200g	200g	200g	200g
Apelsiniamps	80g	100g	120g	150g
Hautatud kana köögiviljadega hapukoorekastmes (kana,porgand,paprika, hapukoor ,sibul,rapsiõli, till,ma)	100g	110g	120g	140g
Köögiviljahautis ubadega (kapsas, porgand,sibul, oad,rapsiõli)	100g	110g	120g	130g

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