

# Koolilõuna menüü 15-19.04

OÜ Orfeum

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

<b>Esmaspäev 15.04</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Hakkliha-köögiviljakaste (hakkliha,porgand, <b>hapukoor</b> ,sibul, <b>nisujahu</b> ,ma)	120g	130g
Sealiha magushapus kastmes (sealiha,ananass,paprika,sibul, <b>nisujahu</b> ,porgand,tomatipasta,rapsiõli)	140g	150g
Pasta, tatar, riis, odrakruubipuder	180g	200g
Porgand, redis, salatikaste, seemned	75g	75g
Värskekapsasalat tilliga	75g	75g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (keefir R2,5%), vesi sidruniga	200g	250g
Õunaamps	120g	150g
Kaalika-porgandihautis hernestega (porgand,kaalikas,hernes,rapsiõli )	120g	130g

<b>Teisipäev 16.04</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Böfstrooganov (veiseliha, <b>hapukoor R20%</b> ,sibul,rapsiõli, <b>nisujahu</b> )	120g	130g
Köögivilja-hakklihahautis (kapsas,köögiviljad, seguhakkliha,ma)	180g	190g
Ahjukartul, tatar, riis, hirss	180g	200g
Kapsas, kaalikas, salatikaste, seemned	75g	75g
Porgandisalat	75g	75g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (piim R2,5%), kamajook	200g	200g
Köögivilja-läätsepada (köögiviljad,läätsed,rapsiõli; ma)	130g	140g

<b>Kolmapäev 17.04</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Guljašš sealihast (sealiha, <b>hapukoor R20%</b> , <b>nisujahu</b> ,tomatipasta,sibul,õli,ma)	120g	130g
Kana-lillkapsahautis (porgand,porru,paprika,kana, basiilik, hernes)	120g	130g
Kartulipüree ,riis, tatar, läätsed	180g	200g
Peedisalat	75g	75g
Kapsas,seller,salatikaste,seemned	75g	75g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (piim R2,5%), vesi marjadega	200g	200g
Pirniamps	120g	150g
Köögiviljahautis kikerhernestega(kapsas,porgand,sibul, kikerhersed,rapsiõli	120g	130g

<b>Neljapäev 18.04</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Kala-riisisupp (kartul,riis,porgand,sibul,kala,rapsiõli, ma)	250g	270g
Hernesupp sealihaga (hernes, <b>odrakruup</b> ,suitsusealiha,sibul,porgand,ma)	300g	330g
Köögiviljapüreesupp toorjuustuga (kartul, porgand,kapsas,,sibul,rapsiõli, toorjuust)	320g	340g
Marja-jogurtismuuti kaerahelvestega (Marjad, <b>jogurt R2,5%</b> ,suhkur,täisterakaerahelbed)	225g	250g
Leivavalik	50g	50g
PRIA piimatode (maitsestatamata jogurt R2,5%)	200g	-
Puuvilja-amps	120g	150g
Tomatine läätsesupp (kartul,läätsed,porgand,sibul,tomat,ma)	330g	350g

<b>Reede 19.04</b>	Põhikool III	Gümnaasium
Singi-pastaroog köögiviljadega ( <b>pasta</b> , mais, hernes, porgand, küüslauk, sink, <b>kohvikoor R10%</b> ,ma)	240g	260g
Jogurti-kurgikaste( <b>maitsestatamata jogurt</b> , kurk,ma)	60g	60g
Hakkliha-oahautis ( hakkliha, oad, tomat, paprika, sibul, küüslauk,ma)	100g	110g
Tatar, riis	180g	200g
Kapsasalat tilliga	75g	75g
Porgand, peet, seemned, salatikaste	75g	75g
Leivavalik	50g	50g
Mahlajook, PRIA piimatode (keefir R2,5%)	200g	250g
Köögiviljakarri ubadega( porgand,köögiviljad,sibul,oad,rapsiõli, <b>koor</b> )	120g	130g

Teavet toidu talumatust põhjustada võivate toidu koostisosade sealhulgas allergeenide kohta saab peakoka käest .  
PRIA piimatooted 1-9 klassile.