KOOLILÕUNA MENÜÜ

46. nädal | 09.11-13.11.2026
10.-12. klasside õpilastele

Esmaspäev - Lõunasöök

- Koorene kanakaste peterselliga (G, L)
- Taimetoit: Stoovitud porgandid (G, L)
- Tatar, aurutatud
- Kuskuss, aurutatud (G)
- Brokoli, aurutatud
- Mahla-õlikaste
- Peedi-roheliseisibulasalat (L) (mahe peet)
- Hiina kapsas, tomat, mais
- Seemnesegu (mahe)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Porgand
- Pirn

Teisipäev - Lõunasöök

- Hakkliha-suvikõrvitsapikkpoiss (M, PT)
- Taimetoit: Tofukaste tomati ja paprikaga (L)
- Riis, aurutatud
- Kartul, aurutatud
- Rooskapsas, röstitud
- Külm jogurtikaste maitserohelisega (L)
- Mahla-õlikaste
- Brokoli ja porgand seesamiseemnetega
- Salatisegu, roheline hernes, hapukurk
- Seemnesegu (mahe)
- Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Nuikapsas
- Õun (mahe)

Kolmapäev - Lõunasöök

- Selge kalasupp riisiga
- Taimetoit: Selge köögiviljasupp riivitud keedumunaga (M)
- Kohupiimakreem mustikakisselliga (L, VS)
- Kakaojogurt kirssidega (L)
- Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L) (PRIA)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Mahl (erinevad maitsed)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Valge redis
- Pirn

Neljapäev - Lõunasöök

- Raguu köögiviljade ja sealihaga
- Taimetoit: Koorene metsaseenekaste (G, L)
- Kartulipüree (L)
- Tatar, aurutatud
- Kapsas, röstitud
- Mahla-õlikaste
- Hiina kapsa salat spinatiga
- Porgand (mahe), mais, kurk
- Seemnesegu (mahe)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Valge/punane peakapsas
- Õun (mahe)

Reede - Lõunasöök

- Kanapada kõrvitsa ja roheliste ubadega (L)
- Taimetoit: Koorene herne- ja aedviljahautis (L)
- Täisterapasta/pasta (G) (mahe)
- Kinoa, keedetud
- Kõrvits, röstitud
- Külm jogurti-küüslaugukaste (L)
- Mahla-õlikaste
- Hiina kapsa salat pirni ja Kreeka pähklitega (P)
- Peet, porgand (mahe), valge redis
- Seemnesegu (mahe)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Valge redis
- Pirn
- L – sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)
- P – sisaldab pähkleid
- VS-vähendatud suhkruga

Menüü koostatud lähtefailis esitatud andmete põhjal.