KOOLILÕUNA MENÜÜ

48. nädal | 23.11-27.11.2026
10.-12. klasside õpilastele

Esmaspäev - Lõunasöök

- Kodune sealihaguljašš
- Taimetoit: Läätseguljašš (mahe)
- Riis, aurutatud (mahe)
- Kuskuss, aurutatud (G)
- Miniporgandid, aurutatud
- Külm jogurtikaste maitserohelisega
- Kapsa-mangosalat
- Peet, kaalikas, mais
- Seemnesegu (mahe)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Porgand
- Õun (mahe)

Teisipäev - Lõunasöök

- Pasta hakkliha ja köögiviljadega (G)
- Taimetoit: Pasta kikerherne ja juustuga (G, L)
- Aedoad küüslauguga, ahjus küpsetatud
- Soe tomatikaste
- Mahla-õlikaste
- Kõrvitsa-pastinaagi-virsikusalat
- Hiina kapsas, tomat, roheline sibul (mahe)
- 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
- Pirn

Kolmapäev - Lõunasöök

- Kana-kruubisupp (G)
- Taimetoit: Külasupp roheliste hernestega (G)
- Marjamuffin (G, L, M)
- Pohla-kamavaht (G, L)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Mahl (erinevad maitsed)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Karask (G, L, M)
- Porgand
- Õun (mahe)

Neljapäev - Lõunasöök

- Kanamaks hapukoorekastmes (G, L)
- Taimetoit: Läätsepada brokoli, porgandi ja paprikaga (L)
- Kartul, aurutatud (mahe)
- Tatar, aurutatud (mahe)
- Pastinaak, röstitud
- Hapukoorekaste hapukurgi ja sibulaga (L)
- Mahla-õlikaste
- Porgandi-ananassisalat
- Nuikapsas, kikerherned, punane redis
- 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
- Pirn

Reede - Lõunasöök

- Jogurti-ürdimarinaadis broileri poolkoib (L, PT)
- Taimetoit: Juurviljapihv (G, L, M, PT)
- Riis, aurutatud (mahe)
- Täisterapasta/pasta (G) (mahe)
- Ahjuköögiviljad
- Soe valge kaste (G, L)
- Külm küüslaugu-jogurtikaste (L)
- Kõrvitsa-porgandi-virsikusalat
- Hiina kapsas, marineeritud punane sibul, brokoli
- Seemnesegu (mahe)
- PRIA: Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)
- Joogijogurt, maitsestatud (L)
- Tee, suhkruta
- Rukkileiva (3 sorti) - ja sepikutoodete valik (G)
- Porgand
- Õun (mahe)
- L – sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)
- P – sisaldab pähkleid
- VS-vähendatud suhkruga

Menüü koostatud lähtefailis esitatud andmete põhjal.