

Ilmatsalu Põhikooli koolilõuna nädalamenüü 26.01.2026 - 30.01.2026

esmaspäev, 26.jaanuar	
Maksastrooganov	Veisemaksa strooganov, Jahu nisu, Hapukoor 20%, Petersell, Sibul
Küpsetatud kaalikapulgad	Kaalikas
Keedetud taistera pasta	Taisterapasta
Keedetud rohelsed läätsed	Läätsed rohelsed
Jääkapsas, mais, rukola, peet	Tomat, Kapsas jää, Maquasad maisiterad , Rukola
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	Päevalleseemned (mahe), kõrvitsaseemned (mahe), linaseemned, seesamiseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	Sidruniviliud, apelsiniviliud, piparmünt
Ingveritee sidruniga	Kummel, Sidrun, Ingver
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pim	Pim Conferents
Kõrvits	Kõrvits
Kõõgivila-kikerheme yokiroog	Kikerhemed, Paprika punane, Porgand, Porrulauk, Kapsas pea
teisipäev, 27.jaanuar	
Kõõgivilasupp kanalihaga	Riis sõmer, Broletti kints selata, Lillkapsas , Sibul, Brokoli, Porgand, Küüslauk, Kartul, Till
Keefir-maasikafarretis	Maasikas, Keefir 2.5%, Toiduzelatin
Seemne-pähklisegu	Linaseemned, Kõrvitsaseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged, Päevalleseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	Sidruniviliud, apelsiniviliud, piparmünt
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Mandariin	Mandariin
Nuikapsas	Nuikapsas
Kreemias kaunviljasupp risiga	Vesi, Toidukoor 20 %, Porrulauk, Porgand, Petersell, Sibul, Riis sõmer, Punane uba kuivatatud
kolmapäev, 28.jaanuar	
Tomatline kalkuni ahjupraad	Kalkuni kintsuliha, Tomatipasta 28-30%
Pimakaste	Jahu nisu, Piim 2.5%
Rõstitud rooskapsas	Rooskapsas (brüsseli)
Keedetud taistera nis	Riis taistera
Keedetud tatar	Tatar
Hilnakapsas, rohelsed oad, porgand, nuikapsas	Nuikapsas, Porgand, Uba roheline, Kapsas hiina
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	Päevalleseemned (mahe), kõrvitsaseemned (mahe), linaseemned, seesamiseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	Värske kurg, jõhvikas
Mahlajook	Mahe mustsõstramahl
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Valge redis	Redis valge
Hirsi - porgandikottel	Hirss, Jahu nisu, Läätsed punased, Maitsestatata jogurt 2.5%, Muna, Porgand, Sibul, Till
nelipäev, 29.jaanuar	
Koorene kalasupp	Helgifilee, Toidukoor 20 %, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till, Kartul, Sidrun
Mannavaht jõhvikatega	Jõhvikas, Manna, Kontsentreeritud mahl õuna suhkrua
Täispiim	Täispiim
Seemne-pähklisegu	Linaseemned, Kõrvitsaseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged, Päevalleseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	Värske kurg, jõhvikas
Kummeli tee	Kummel
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Värske kapsas	Kapsas pea
Tomati - läätsesupp	Läätsed punased, Purustatud tomatid omas mahlas, Porrulauk, Porgand, Petersell, Küüslauk, Sibul
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
reede, 30.jaanuar	
Pikkpoiss juustuga	Veisehakkliha, Sepik, Riijuust 23%, Muna, Sibul
Valge kaste maitseroheliseaga	Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell, Till
Keedetud odrakruup	Odrakruup
Ahjukartulid õrudega	Kartulisektoriid koorega
Keedetud päri kuskuss	Kuskuss pärl
Punane kapsas, salatilihed, paprika, kurg	Paprika punane, Kapsas punane, Kurg , Salat Frillis lahtine, Kapsas jää, Salat rooma, Rukola , Salat leht, Salat Lambs, Salat Melcum, Kapsas varajane, Spinat , Salat Radisio Rosso, Mangold (Lehtpeet)
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	Päevalleseemned (mahe), kõrvitsaseemned (mahe), linaseemned, seesamiseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	Värske kurg, jõhvikas
Soe piparmündi - marilook	Mustsõstar, Piparmünt
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Apelsin	Apelsin
Porgand	Porgand
Kõõgivilakottel	Jahu nisu, Muna, Porgand, Rohelsed herned , Till, Kaalikas, Kartul