

Ilmatsalu Põhikooli koolilõuna nädalamenüü 23.03.2026 - 27.03.2026

esmaspäev, 23.märts		Koostisosad
Kergelt tomatine kana poolkoib		Broileri poolkoib, Tomatipasta 28-30%, Küüslauk
Koorekaste peterselliga		Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell
Aurutatud brokoli		Brokoli
Keedetud täistera riis/keedetud riis		Riis täistera, Riis sömer
Keedetud pärl kuskuss		Vesi, Kuskuss pärl
Jäikapsas, mais, rukola, peet		Kapsas jää, Peet keedetud, Magusad maisiterad , Rukola
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Kummeli tee		Kummel
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Pim		Pim Conferents
Kõrvits		Kõrvits
Juurvilja - hernepada		Rohelised herned ,Suvikõrvits/aukimi, Purustatud tomatid omas mahlas, Sibul, Porgand, Küüslauk
teisipäev, 24.märts		
Tomati - veisehakklihasupp riisiga		Riis sömer, Veisehakkliha, Kartul, Porgand, Purustatud tomatid omas mahlas, Sibul, Till
Kohupimakreem		Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupimapiasta 3%
Õunasupp		Õun, Tärklis kartuli
Seemne-pähklisegu		Maapähkel, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Seesamiseemned valged
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Mahlajook		
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Kivi		Kivi
Nuikapsas		Nuikapsas
Seene-õapüreesupp		Vesi, Toidukoor 20 %, Kartul, Sampinjon , Sibul, Valge uba kuivatatud
Rõstitud sepiukuubikud		Kaerasepik
kolmapäev, 25.märts		
Ahius küpsetatud punase kala filee		Lõhefilee nahaga, Forellifilee, Sidrun
Valge kaste maitserohelisega		Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell, Till
Rõstitud punane peet ürtidega		Peet keedetud
Keedetud kartulid		Kartul
Keedetud rohelised läätsed		Läätsed rohelised
Hinakapsas, rohelised oad, porgand, nuikapsas		Kapsas hiina, Nuikapsas, Porgand, Uba roheline
Kastmevalik salatitele		
Kodujuust R4-5%		Kodujuust R4-5%
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Kibuvitsa tee		Tee kibuvits
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Õun		Õun
Valge redis		Reds valge
Kapsa - riisikottlet		Riisihelbed pudrule, Riivsai, Pim 2,5%, Muna, Kapsas pea, Till , Valge uba kuivatatud
nelapäev, 26.märts		
Porrandipüreesupp kalkunilihaga		Kalkuniliha kuubik, Toidukoor 20 %, Inqver , Kartul, Porgand
Rõstitud sepiukuubikud		Kaerasepik
Marja- rukkivaht		Marjasegu, Jahu rukki, Kontsentreeritud mahl õuna - kirs suhkruta
Täispiim, R 3,8%-4,4%		Täispiim 3,8-4,4%
Seemne-pähklisegu		Maapähkel, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Seesamiseemned valged
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Inqveritee sidruniga		Kummel, Sidrun, Inqver
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Banaan		Banaan
Kaalikas		Kaalikas
Porgandi - kikerherne püreesupp		Õun, Toidukoor 20 %, Porgand, Kikerherned kuivatatud
Rõstitud sepiukuubikud		Kaerasepik
reede, 27.märts		
Ahiusealiha		Sea välisfilee
Koorekaste tilliga		Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Till
Ahiukõrvitsakuubikud		Kõrvits
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta		Pasta sarvkesed , Täisterapasta
Keedetud tatar		Vesi, Tatar
Punane kapsas, salatilihed, paprika, kaalikas		Kapsas punane, Kaalikas, Paprika punane, Spinat , Rukola , Kapsas jää, Salat Frillis lahtine, Salat Lambs, Salat Melcum, Salat leht, Salat rooma, Kapsas varajane, Salat Radsio Rosso, Mangold (Lehtpeet)
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Piparmündi tee		Piparmünt
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Apelsin		Apelsin
Porgand		Porgand
Peedi-kikerherne kottlet		Jahu nisu, Kurk marineeritud terve, Sibul, Küüslauk, Peet keedetud, Punane uba, Kikerherned kuivatatud