

**Ilmatsalu Põhikooli koolilõuna nädalamenüü 30.03.2026 - 02.04.2026**

| <b>esmaspäev, 30.märts</b>                |  | <b>Koostisosad</b>                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Küpsetatud karrine kanakintsuliha         |  | Broileri kintsuliha                                                                                                                                                                               |
| Kookeeste tilliga                         |  | Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Till                                                                                                                                                                   |
| Aurutatud rohelised herned                |  | Rohelised herned                                                                                                                                                                                  |
| Keeedetud täistera pasta/keedetud pasta   |  | Pasta sarvekesed, Täisterapasta                                                                                                                                                                   |
| Keeedetud lätar                           |  | Vesi, Tatar                                                                                                                                                                                       |
| Kurk, peet, spinat, porgand               |  | Spinat , Porgand, Peet keedetud, Kurk                                                                                                                                                             |
| Kastmevalik salatitele                    |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Seemnesegu                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Vesi                                      |  | Vesi                                                                                                                                                                                              |
| Maitsevesi                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Kibuvitsa tee                             |  | Tee kibuvits                                                                                                                                                                                      |
| Pria piimatooted                          |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Õun                                       |  | Õun                                                                                                                                                                                               |
| Värske kapsas                             |  | Kapsas pea                                                                                                                                                                                        |
| Roheline ratatouille                      |  | Suvikõrvits/sukini, Sibul, Seller vars, Küüslauk, Paprika roheline, Läätsed rohelised                                                                                                             |
| <b>teisipäev, 31.märts</b>                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Kälasupp tomatiga                         |  | Meriahvena/lee, Kartul, Sibul, Tomat, Porgand, Porulauk, Till, Punase kala supikoju                                                                                                               |
| Punakook õuniga                           |  | Jahu nisu, Õun, Hapukoor 20%, Muna, Vg 82%, Täidis kartuli, Jahu Kaera                                                                                                                            |
| Seemne-pähklisegu                         |  | Maapähkel, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Seesamiseemned valged                                                                                                                  |
| Vesi                                      |  | Vesi                                                                                                                                                                                              |
| Maitsevesi                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Marja-oregano tee                         |  | Tee oregano, Marjasegu                                                                                                                                                                            |
| Pria piimatooted                          |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) |  | Pim Conferents                                                                                                                                                                                    |
| Pirn                                      |  | Porgand                                                                                                                                                                                           |
| Porgand                                   |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Minestroone supp (lihata)                 |  | Pasta spagetid, Tomatipasta 28-30%, Purustatud tomatid omas mahlas, Kartul, Porgand, Sibul, Seller vars, Petersell, Küüslauk, Uba roheline                                                        |
| Hapukoor, R 20 %                          |  | Hapukoor 20%                                                                                                                                                                                      |
| <b>kolmapäev, 1.aprill</b>                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Rootsi pikkpoiss                          |  | Veisehakkliha, Kaerasepik, Muna, Kurk marineeritud terve, Sibul, Peet keedetud                                                                                                                    |
| Pimnakaste                                |  | Jahu nisu, Pim 2.5%                                                                                                                                                                               |
| Aurutatud mais                            |  | Magusad maisiterad                                                                                                                                                                                |
| Ahjukartulid ürtidega                     |  | Kartulisektoriid koorega                                                                                                                                                                          |
| Keeedetud päri kuskuss                    |  | Vesi, Kuskuss päri                                                                                                                                                                                |
| Valge kapsas, kõrvits, salatilihed, redis |  | Kapsas pea, Kõrvits, Redis valge, Spinat , Rukola , Salat Frills lahtine, Salat Lambs, Salat Melcum, Salat leht, Kapsas jää, Salat rooma, Kapsas varajane, Salat Radiso Rosso, Mangold (Lehtpeet) |
| Kastmevalik salatitele                    |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Seemnesegu                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Vesi                                      |  | Vesi                                                                                                                                                                                              |
| Maitsevesi                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Mahlajook                                 |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Pria piimatooted                          |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Apelsin                                   |  | Apelsin                                                                                                                                                                                           |
| Kõrvits                                   |  | Kõrvits                                                                                                                                                                                           |
| Läätsepikkpoiss                           |  | Ris sömer, Läätsed punased, Tomatipasta 28-30%, Sibul, Küüslauk, Jahu Kaera                                                                                                                       |
| <b>neljapäev, 2.aprill</b>                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Ukraina Borš sealihaa                     |  | Sealiha kuubikud, Äädikas 9%, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Sibul, Porgand, Paprikasegu , Peet keedetud, Petersell, Küüslauk, Sea supikoju                                              |
| Hapukoor, R 20 %                          |  | Hapukoor 20%                                                                                                                                                                                      |
| Kama- kohupiimakreem mariadega            |  | Kama jahu, Marjasegu, Maitsestatamata joourt 2.5%, Kohupiimapasta 3%                                                                                                                              |
| Seemne-pähklisegu                         |  | Maapähkel, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Seesamiseemned valged                                                                                                                  |
| Vesi                                      |  | Vesi                                                                                                                                                                                              |
| Maitsevesi                                |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Soe kummel - apelsini jook                |  | Apelsin, Kummel                                                                                                                                                                                   |
| Pria piimatooted                          |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) |  |                                                                                                                                                                                                   |
| Banaan                                    |  | Banaan                                                                                                                                                                                            |
| Kaalikas                                  |  | Kaalikas                                                                                                                                                                                          |
| Kartul-porulaugu püreesupp ubadega        |  | Toidukoor 20 %, Kartul, Porulauk, Uba roheline, Sidrun                                                                                                                                            |
| Rõstitud seppkuubikud                     |  | Kaerasepik                                                                                                                                                                                        |