

**Koolilõuna nädalamenüü 11.05.2026 - 15.05.2026**

**Ilmatsalu Põhikool**

<b>esmaspäev, 11.mai</b>		<b>Koostisosad</b>
Kalkuni ahjupraad sinepiga		Kalkuni kintsuliha, Sinep
Koorekaste peterselliga		Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell
Aurutatud liikapsas		Liikapsas
Keedetud pasta		Pasta sarvakesed
Keedetud lator		Tatar
Kurk, peet, spinat, porqand		Porqand, Spinat, Peet keedetud, Kurk
Kastmevalk salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Hibiskuse tee		Hibiskuse tee
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Õun		Õun
Värske kapsas		Kapsas pea

Kikerhernepilaff	Riis sömer, Tomatipasta 28-30%, Porqand, Sibul, Küüslauk, Kikerherned kuivatatud
------------------	--

<b>teisipäev, 12.mai</b>		<b>Koostisosad</b>
Tomatine frikadellisupp		Tomatipasta 28-30%, Porulauk, Porqand, Kartul, Sibul, Tili, Riivsa, Veisehakkliha, Muna, Küüslauk
Hapukoor R 20 %		Hapukoor 20%
Kakao - jogurtidessert banaaniga		Banaan, Kakaopulber, Toiduželatiin, Vahukoor 35%, Maitsestatata jogurt 2,5%
Seemne-pähklisegu		Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalleseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Metsiku tüümiani tee		Tee metsik tüümian
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Kiivi		Kiivi
Porqand		Porqand

Kreemias kaunviljasupp riisiga	Toidukoor 20 %, Porqand, Porulauk, Sibul, Petersell, Riis sömer, Punane uba kuivatatud
Rõstitud sepikukuubikud	Kaerasepik

<b>kolmapäev, 13.mai</b>		<b>Koostisosad</b>
Ahjus küpsetatud punase kala filee		Lõhefilee nahaga, Sidrun
Valge kaste maitserohelisega		Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Tili, Petersell
Ahjuporgandi ribad		Porqand, Küüslauk
Keedetud päri kuskuss		Kuskuss päri
Keedetud kartulid		Kartul
Punane kapsas, mais, paprika, rukola		Magusad maisiterad, Kapsas punane, Paprika punane, Rukola
Kastmevalk salatitele		
Kodujuust R4-5%		Kodujuust 4-5%
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Kummel tee		Kummel
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Pirn		Pirn Conferents
Kõrvits		Kõrvits

Kapsa - riisikotlet	Riisihelbed pudrule, Riivsa, Piim 2,5%, Muna, Kapsas pea, Tili, Valge uba kuivatatud
---------------------	--

<b>neljapäev, 14.mai</b>		<b>Koostisosad</b>
Kõrvitsapüreesupp sealihaga		Sealiha kuubikud, Toidukoor 20 %, Porqand, Sibul, Kartul, Kõrvits, Inqver
Rõstitud sepikukuubikud		Kaerasepik
Mannapuding		Manna, Vahukoor 35%, Piim 2,5%
Marijasepp		Marijasepp, Tärklis kartuli
Seemne-pähklisegu		Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalleseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Soe piparmündi - marijasepp		Piparmünt, Mustõstar
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Banaan		Banaan
Kaalikas		Kaalikas

Minestroone supp (lihata)	Pasta spaagetid, Purustatud tomatid omas mahlas, Porqand, Tomatipasta 28-30%, Seller vars, Kartul, Sibul, Küüslauk, Uba roheline, Petersell
Hapukoor R 20 %	Hapukoor 20%

<b>reede, 15.mai</b>		<b>Koostisosad</b>
Kanahakklihast pikkoiss		Sepik, Broleri hakkliha, Tärklis maisi, Muna, Sibul, Tili
Kanikaste		Jahu nisu, Piim 2,5%
Rõstitud punane peet ürtidega		Peet keedetud
Keedetud riis		Riis sömer
Keedetud rohelineid läätsed		Läätsed rohelineid
Valge kapsas, kaalikas, salatilihed, kõrvil		Kaalikas, Kapsas pea, Kõrvits, Salat leht, Kapsas jää, Salat rooma, Salat Lamb, Salat Melcum, Spinat, Rukola, Salat Radislo Rosso, Manqold (Lehtpeet), Salat Frillis lahtine, Kapsas varajane
Kastmevalk salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		Vesi
Maitsevesi		
Mahlajook		
Pria pimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Apelsin		Apelsin
Nukapsas		Nukapsas

Oakotlet (Vegan)	Riivsa, Punane aeduba, Kaste Sweet Chili, Sinep, Porqand, Sibul, Küüslauk
------------------	---

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või pimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.