

Koolilõuna nädalamenüü 18.05.2026 - 22.05.2026

Ilmatsalu Põhikool

esmaspäev, 18.mai		Koostisosad
Maksastrooganov	Jahu nisu, Veisemaksa strooganov, Hapukoor 20%, Sibul, Petersell	
Keedetud odrakruup	Odrakruup	
Keedetud täistera pasta	Täisterapasta	
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised	
Jääkapsas, mais, rukola, peet	Magusad maisiterad , Kapsas jää, Peet keedetud, Rukola	
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi	Vesi	
Maitsevesi		
Mahlajook		
Pria piimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Pirn	Pirn Conferents	
Kõrvits	Kõrvits	
Herne- ja aedviljahautis	Hernes, Purustatud tomatid omas mahlas, Porgand, Uba roheline, Petersell, , Baklažaan	
teisipäev, 19.mai		
Borš kalkunilihaga	Kalkuniliha kuubik, Aädikas 9%, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Kapsas pea, Sibul, Kartul, Peet keedetud, Till	
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%	
Kohupiimamais marjade ja kaerahelveste	Banaan, Marjasegu, Täisterakaerahelbed, Maitsestatata jogurt 2.5%, Kohupiimapasta 3%	
Seemne-pähklisegu	Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged	
Vesi	Vesi	
Maitsevesi		
Soe kummeli - apelsini jook	Kummel, Apelsin	
Pria piimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Kiivi	Kiivi	
Värske kapsas	Kapsas pea	
Köögivilja-läätsepüreesupp	Läätsed punased, Toidukoor 20 %, Kaalikas, Porgand, Lillkapsas , Kartul, Sibul, Küüslauk, Petersell	
Rõstitud sepikukuubikud	Kaerasepik	
kolmapäev, 20.mai		
Ahjus küpsetatud kanakintsuliha	Broileri kintsuliha	
Piimakaste basiilikuga	Jahu nisu, Piim 2,5%	
Aurutatud rohelised herned	Rohelised herned	
Keedetud täistera riis	Riis täistera	
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl	
Hiinakapsas, rohelised oad, porgand, nuik	Nuikapsas, Porgand, Kapsas hiina, Uba roheline	
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi	Vesi	
Maitsevesi		
Ingveritee sidruniga	Kummel, Sidrun, Ingver	
Pria piimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Õun	Õun	
Valge redis	Redis valge	
Porgandi-kikerherne kotlet	Jahu nisu, Porgand, Sibul, Küüslauk, Kikerherned	
neljapäev, 21.mai		
Kala - köögiviljasupp	Heigifilee, Kaalikas, Porgand, Lillkapsas , Kartul, Sibul, Till, Punase kala supikogu	
Brownie	Jahu nisu, Kakaopulber, Jahu Kaera, Või 82%, Muna, Peet keedetud	
Seemne-pähklisegu	Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged	
Vesi	Vesi	
Maitsevesi		
Piparmündi tee	Piparmünt	
Pria piimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Banaan	Banaan	
Nuikapsas	Nuikapsas	
Borš läätsedega	Aädikas 9%, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Porgand, Kartul, Peet keedetud, Sibul, Till, Läätsed rohelised	
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%	
reede, 22.mai		
Ahjusealiha	Sea väisifilee, kamarata, jahutatud	
Valge kaste maitserohelisega	Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Till, Petersell	
Ahjukõrvitsakuubikud	Kõrvits	
Keedetud kartulid	Kartul	
Keedetud tatar	Tatar	
Hapukapsas, kaalikas, spinat, peet	Kaalikas, Spinat , Peet keedetud, Hapukapsas	
Kastmevalik salatitele		
Kodujuust R4-5%	Kodujuust 4-5%	
Seemnesegu		
Vesi	Vesi	
Maitsevesi		
Marja-oregano tee	Tee oregano, Marjasegu	
Pria piimatooted		
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		
Apelsin	Apelsin	
Porgand	Porgand	
Kikerhernepikpoiss	Riivsa, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Sibul, Küüslauk, Kikerherned kuivatatud	

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