

Koolilõuna nädalamenüü 07.09.2026 - 11.09.2026

Ilmatsalu Põhikool

esmaspäev, 7.september		Koostisosad
Koorene sealihakaste	Jahu nisu, sealiha kuubikud, hapukoor 20%, küüslauk, porgand, till, sibul	
Keedetud täisteranis	Riis täistera	
Keedetud kinoa	Kinoa	
Kapsasalat värskel kurgiga	Kapsas pea, till, kurk	
Aurutatud mais	Magusad maisiterad	
Kaalikas	Kaalikas	
Kastmevalik salatitele (2 sorti)	oliiv, maitsestatamata jogurt 2.5%, till	
Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged	
Vesi		
Maitsevesi sidruniga	Sidrun	
Kummeli tee	Kummel	
Pria piimatooted		
Kaerasepik, Eesti Pagar	Kaerasepik	
Must rukkileib, Eesti Pagar	Must Rukkileib	
Ruks täistera vormileib, Leibur	Ruks Täistera Vormileib, leibur	
Pirn	Pirn Conferents	
Porgand	Porgand	
Aedviljakarri ubadega	Toidukoor 20 %, suvikõrvits, tsukiini, porgand, küüslauk, sibul, punane uba, valge uba	
teisipäev, 8.september		
Tomatine kalkuni ahjupraad	Kalkuni kintsuliha, tomatipasta 28-30%	
Tomatikaste	Tomatipasta 28-30%, porgand, küüslauk, sibul, tomatikuubikud, sidrun	
Keedetud tatar	Tatar	
Keedetud täisterapasta	Täisterapasta	
Kõrvitsa ja porgandisalat	Kontsentreeritud mahl õuna suhkruta, porgand, kõrvits	
Valge redis	Redis valge	
Spinat	Spinat	
Kastmevalik salatitele (2 sorti)	oliiv, maitsestatamata jogurt 2.5%, till	
Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged	
Vesi		
Maitsevesi kurgiga	Kurk	
Piparmündi tee	Piparmünt	
Onamahlajook kontsentreeritud mahlast	Kontsentreeritud mahl õuna suhkruta	
Pria piimatooted		
Rukkisepik, Eesti Pagar	Rukkisepik	
Rehe vormileib, Eesti Pagar	Rehe Vormileib	
Ruks hele Seemneleib, Leibur	Ruks Hele Seemneleib, leibur	
Värskel melon	Melon	
Nuikapsas	Nuikapsas	
Läätse-kodujuustukotlet	Jahu Kaera, muna, kodujuust 4%, tomatipasta 28-30%, porgand, küüslauk, sibul, läätsed punased	
kolmapäev, 9.september		
Selge kalasupp	Heigifilee, kartul, porulauk, porgand, till, sibul, punase kala supikogu	
Hakitud maitseroheline	Till, petersell	
Õuna - nukkikook	Jahu nisu, jahu rukki, muna, piim 2.5%, õun	
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged	
Vesi		
Maitsevesi melissiga	Meliss	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee	
Pria piimatooted		
Täisterasepik, Eesti Pagar	Täisterasepik	
Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar	Kodukandi rukkileib	
Rukkirääk, Eesti Leivatööstus	Rukkirääk, eesti Leivatööstus	
Lõhemääre	Lõhe filee tükid, toorjuust, till, sidrun	
Porgandi-oamaäre	Petersell, porgand, valge uba	
Apelsin	Apelsin	
Värskel kurk	Kurk	
Värskel kapsasupp läätsedega	Läätsed rohelised, kapsas pea, kartul, porgand, till, sibul, seller juur	
Hakitud maitseroheline	Till, petersell	
neljapäev, 10.september		
Mehhikopärane kanapada	Broileri kuubikud, tärkliis maisi, tomatipasta 28-30%, paprikasegu, sibul, küüslauk, magusad maisiterad, punane uba	
Kartulipuder	Piim 2.5%, või 82%, kartul	
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised	
Jääkapsa - redisesalat	Redis valge, kapsas jää	
Aurutatud rohelised herned	Rohelised herned	
Peet	Peet keedetud	
Kastmevalik salatitele (2 sorti)	oliiv, maitsestatamata jogurt 2.5%, till	
Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged	
Vesi		
Maitsevesi jõhvikatega	Jõhvikas	
Ingveritee sidruniga	Kummel, sidrun, ingver	
Pria piimatooted		
Tosta täistera röstsepik, Eesti Pagar	Tosta Täistera Röstsepik	
Rehe rukkileib, Eesti Pagar	Rehe rukkileib	
Meie Eesti Rukkileib, Eesti Leivatööstus	Meie Eesti Rukkileib, eesti Leivatööstus	
Banaan	Banaan	
Kõrvits	Kõrvits	
Porgandi-kikerherne kotlet	Jahu nisu, porgand, küüslauk, sibul, kikerherned	
Hapukoorekaste	Jahu nisu, hapukoor 20%, till	
reede, 11.september		
Pikkpoiss maitserohelise ja küüslauguga	Kaerasepik, veisehakkliha, muna, küüslauk, sibul	
Valge kaste maitserohelisega	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till	
Keedetud kartulid	Kartul	
Keedetud odrakruup	Odrakruup	
Hapukapsa - peedisalat	Hapukapsas, peet keedetud	
Porgand	Porgand	
Tomat	Tomat	
Kastmevalik salatitele (2 sorti)	oliiv, maitsestatamata jogurt 2.5%, hapukoor 20%, till	
Kodujuust R4-5%	Kodujuust 4%	
Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged	
Vesi		
Maitsevesi apelsiniga	Apelsin	
Soe piparmündi - marjajook	Piparmünt, mustsõstar	
Maasika-kama smuuti	Maasikas, banaan, kama jahu, maitsestatamata jogurt 2.5%	
Pria piimatooted		
Kaera Röst, Eesti Pagar	Pagari Kaera Röst	
Ruks täistera pätsileib, Leibur	Ruks Täistera Pätsileib, leibur	
Jassi seemneleib, Eesti pagar	Jassi seemneleib	
Õun	Õun	
Valge redis	Redis valge	
Herne- ja aedviljahautis	Hernes, purustatud tomatid omas mahlas, baklažaan, porgand, petersell, uba roheline	