

Koolilõuna nädalamenüü 28.09.2026 - 02.10.2026

esmaspäev, 28.september		Koostisosad
Tomatine kanapada köögiviljadega		Broileri kuubikud, purustatud tomatid omas mahlas, porgand, paprikasegu, seller vars, küüslauk, sibul, uba roheline
Keedetud odrakruup		Odrakruup
Keedetud tatar		Tatar
Hinakapsasalat tilliga		Kapsas hiina, till
Värske kurk, keedetud peet		Kurk, peet, toores, koorega
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		
Maitsevesi		
Soe kummeli - apelsini jook		Kummel, apelsin
PRIA täispiim 3,8-4,4% (mahe), keefir (mahe), jogurt (mahe)		
Leivatoodete valik sh rukkileib (3 sorti)		Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, Peremehe rukkileib, pagari Kaera Röst, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik, täisterasepik, pagari röst täistera, täistera vormileib
Õun		Õun
Värske kapsas		Kapsas pea
Värskekapsa-läätsehautis		Läätsed rohelised, kapsas pea, porrulauk, porgand, petersell
teisipäev, 29.september		
Pikkpoiss veiselihast		Veisehakkliha, muna, südamesepik, sibul
Tomatikaste		Purustatud tomatid omas mahlas, porgand, küüslauk, sibul, sidrun
Keedetud riis		Riis sömer
Keedetud kinoa		Kinoa
Hapukapsa - peedisalat		Hapukapsas, peet keedetud
Punane kapsas, aurutatud mais		Kapsas punane, magusad maisiterad
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		
Maitsevesi		
Piparmündi tee		Piparmünt
PRIA täispiim 3,8-4,4% (mahe), keefir (mahe)		
Leivatoodete valik sh rukkileib (3 sorti)		Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, Peremehe rukkileib, pagari Kaera Röst, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik, täisterasepik, pagari röst täistera, täistera vormileib
Ploom		Ploom
Porgand		Porgand
Kartuli - kodujuustukotlet		Riisvi, seesamiseemned valged, kodujuust 5%, muna, till, kartul, kikerherned
kolmapäev, 30.september		
Ahjus küpsetatud punase kala filee		Forellifilee, lõhefilee nahaga, sidrun
Valge kaste maitserohelisega		Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till
Keedetud makaronid		Pasta sarvekesed
Keedetud kartulid		Kartul
Porgandisalat suvikõrvitsaga		Suvikõrvits, tsukiini, porgand
Värske kapsas, valge redis		Kapsas pea, redis valge
Kastmevalik salatitele		
Kodujuust R4-5%		Kodujuust 4%
Seemnesegu		
Vesi		
Maitsevesi		
Hibiskuse tee		Hibiskuse tee
Marja - banaanismuuti		Banaan, marjasegu, maitsestatamata jogurt 2,5%, kontsentreeritud mahl õuna suhkruta
PRIA täispiim 3,8-4,4% (mahe), keefir (mahe)		
Leivatoodete valik sh rukkileib (3 sorti)		Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, Peremehe rukkileib, pagari Kaera Röst, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik, täisterasepik, pagari röst täistera, täistera vormileib
Pirn		Pirn Conferents
Tomat		Tomat
Aedviljahautis ubadega		Purustatud tomatid omas mahlas, porgand, lillikapsas, petersell, uba roheline
neljapäev, 1.oktoober		
Kalkuni ahjupraad sinepiga		Kalkuni kintsuliha, sinep
Pilmakaste		Jahu nisu, piim 2,5%
Kartulipuder		Piim 2,5%, või 82%, kartul
Keedetud rohelised läätsed		Läätsed rohelised
Valge redise - hapukooresalat		Hapukoor 20%, redis valge, till
Hinakapsas, tomat		Kapsas hiina, tomat
Kastmevalik salatitele		
Seemnesegu		
Vesi		
Maitsevesi		
Ingveritee sidruniga		Kummel, sidrun, ingver
PRIA täispiim 3,8-4,4% (mahe), keefir (mahe)		
Leivatoodete valik sh rukkileib (3 sorti)		Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, Peremehe rukkileib, pagari Kaera Röst, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik, täisterasepik, pagari röst täistera, täistera vormileib
Banaan		Banaan
Kaalikas		Kaalikas
Lillikapsa - spinatikotlet		Jahu nisu, muna, lillikapsas, spinat, purustatud, sibul, uba roheline
reed, 2.oktoober		
Kodune seljanka		Broileri kuubikud, sealiha kuubikud, tomatipasta 28-30%, oliivid mustad, kartul, hapukurk, sidrun, petersell, sibul, sea supikoogu, porgand
Hapukoor, R 20 %		Hapukoor 20%
Kana- kohupiimakreem marjadega		Marjasegu, kana jahu, kohupiimapasta 3%, maitsestatamata jogurt 2,5%
Seemne-pähklisegu		Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged
Vesi		
Maitsevesi		
Kummeli tee		Kummel
Mahlajook		
PRIA täispiim 3,8-4,4% (mahe), keefir (mahe)		
Leivatoodete valik sh rukkileib (3 sorti)		Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, Peremehe rukkileib, pagari Kaera Röst, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik, täisterasepik, pagari röst täistera, täistera vormileib
Hernemääre		Hernes, küüslauk, sidrun
Urdimääre		Toorjuust, till, petersell
Arbuus		Arbuus
Nuikapsas		Nuikapsas
Karrine lillikapsapüreesupp kikerhernestega		Toidukoor 20 %, lillikapsas, sibul, kikerherned
Röstitud sepikeubikud		Kaerasepik

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.