Koolilõuna nädalamenüü 02.11.2026 - 06.11.2026

Grupp

esmaspäev, 2.november	Koostisosad
Paprika marinaadis kanakintsuliha	Broileri kintsuliha
Koorekaste tilliga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, till
Aurutatud lillkapsas	Lillkapsas
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, riis sõmer
Keedetud tatar	Tatar
Jääkapsas, aurutatud mais, spinat, tomat	Kapsas jää, magusad maisiterad, spinat, tomat
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Soe piparmündi - marjajook	Mustsõstar, piparmünt
PRIA: piim, keefir, jogurt, kodujuust, kohup	Keefir 2,5%, kohupiimapasta 3%, maitsestamata jogurt 2,5%, piim 2,5%, kodujuust 4%, täispiim R3.8-4.2%, piim laktoosivaba 2,5%, farmi hapendatud täispiim 4%
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Kõrvits	Kõrvits

Herne- ja aedviljahautis	Hernes, purustatud tomatid omas mahlas, baklažaan, petersell, uba roheline, porgand

teisipäev, 3.november	
Mulgikapsad sealihaga	Sealiha kuubikud, jahutatud, odrakruup, hapukapsas
Röstitud punane peet ürtidega	Peet keedetud
Keedetud kartulid	Kartul
Keedetud riis	Riis sõmer
Värske kapsas, kõrvits, aurutatud rohelise	Kapsas pea, kõrvits, rohelised herned, redis valge
Kastmevalik salatitele	
Kodujuust R4-5%	Kodujuust 4%
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
PRIA: piim, keefir, jogurt, kodujuust, kohup	Keefir 2,5%, kohupiimapasta 3%, maitsestamata jogurt 2,5%, piim 2,5%, kodujuust 4%, täispiim R3.8-4.2%, piim laktoosivaba 2,5%, farmi hapendatud täispiim 4%
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Mandariin	Mandariin
Värske kurk	Kurk

Riisikotlet aedviljadega	Riis pudru, jahu nisu, kohupiimapasta 3%, muna, riivjuust 23%, rohelised herned, porgand, sibul

kolmapäev, 4.november	
Ahjus küpsetatud punase kala filee	Lõhefilee nahaga, forellifilee, sidrun
Koorekaste peterselliga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell
Ahjukõrvitsakuubikud	Kõrvits
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl
Ahjukartulid ürtidega	Kartulisektorid koorega
Hiinakapsas, aurutatud rohelised oad, por	Kapsas hiina, uba roheline, porgand, nuikapsas
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, sidrun, ingver
PRIA: piim, keefir, jogurt, kodujuust, kohup	Keefir 2,5%, kohupiimapasta 3%, maitsestamata jogurt 2,5%, piim 2,5%, kodujuust 4%, täispiim R3.8-4.2%, piim laktoosivaba 2,5%, farmi hapendatud täispiim 4%
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Valge redis	Redis valge

Aedvilja panniroog	Kartul, porgand, uba roheline, porrulauk, sibul

neljapäev, 5.november	
Kalkuni ahjupraad sinepiga	Kalkuni kintsuliha, sinep
Bechamell kaste (valge kaste)	Jahu nisu, toidukoor 20 %
Aurutatud mais	Magusad maisiterad
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta	Pasta sarvekesed, täisterapasta
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Hapukapsas, kaalikas, rukola, keedetud p	Hapukapsas, kaalikas, rukola, peet, toores, koorega
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Kummeli tee	Kummel
PRIA: piim, keefir, jogurt, kodujuust, kohup	Keefir 2,5%, kohupiimapasta 3%, maitsestamata jogurt 2,5%, piim 2,5%, kodujuust 4%, täispiim R3.8-4.2%, piim laktoosivaba 2,5%, farmi hapendatud täispiim 4%
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Nuikapsas	Nuikapsas

Porgandi-kikerherne kotlet	Jahu nisu, küüslauk, porgand, sibul, kikerherned

reede, 6.november	
Tomatine frikadellisupp	Tomatipasta 28-30%, kartul, till, porgand, porrulauk, sibul, riivsai, veisehakkliha, muna, küüslauk
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
Riisipuding	Riisihelbed pudrule, piim 2,5%, vahukoor 35%
Marjasupp	Marjasegu, tärklis kartuli
Seemne-pähklisegu	Päevalilleseemned, kõrvitsaseemned, maapähkel, linaseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Mahlajook	
PRIA: piim, keefir, jogurt, kodujuust, kohup	Keefir 2,5%, kohupiimapasta 3%, maitsestamata jogurt 2,5%, piim 2,5%, kodujuust 4%, täispiim R3.8-4.2%, piim laktoosivaba 2,5%, farmi hapendatud täispiim 4%
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Apelsin	Apelsin
Porgand	Porgand

Köögiviljа-läätsepüreesupp	Läätsed punased, toidukoor 20 %, kaalikas, lillkapsas, kartul, küüslauk, petersell, porgand, sibul
Röstitud sepikukuubikud	Kaerasepik

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