

Koolilõuna nädalamenüü 12.01.2026 - 16.01.2026

Grupp

esmaspäev, 12.jaanuar	Koostisosad
Koorene kalkunikaste	Jahu nisu, Kalkuniliha kuubik, Toidukoor 20 %, Porgand, Küüslauk, Till, Sibul
Aurutatud lillkapsas	Lillkapsas
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, Riis sömer
Keedetud tatar	Tatar
Jääkapsas, mais, rukola, peet	Tomat, Kapsas jää, Magusad maisiterad , Rukola
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Valge redis	Redis valge

Kreemjas läätse - köögiviljakarri	Läätsed punased, Toidukoor 20 %, Porgand, Suvikõrvits, tsukiini, Küüslauk, Sibul
-----------------------------------	--

teisipäev, 13.jaanuar	
Hakkliha-köögiviljapada	Veisehakkliha, Porgand, Kaalikas, Sibul, Kapsas pea, Petersell
Ahju-porgandi ribad	Porgand, Küüslauk
Keedetud rohelistes läätsed	Läätsed rohelistes
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, Riis sömer
Peakapsas, kõrvits, rohelistes herved, re	Rohelistes herved , Redis valge, Kapsas pea, Kõrvits
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Soe kummeli - apelsini jook	Apelsin, Kummel
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Mandariin	Mandariin
Nuikapsas	Nuikapsas

Köögivilja - paprikakotlet	Jahu tatra, Muna, Paprikasegu , Porgand, Küüslauk, Kaalikas, Punane uba
----------------------------	---

kolmapäev, 14.jaanuar	
Paprika marinaadis kanakintsuliha	Broileri kintsuliha
Koorekaste tilliga	Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Till
Röstitud punane peet ürtidega	Peet keedetud
Kartulipuder	Piim 2,5%, Või 82%, Kartul
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl
Hiinakapsas, rohelistes oad, porgand, nui	Nuikapsas, Porgand, Uba roheline, Kapsas hiina
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Piparmündi tee	Piparmünt
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Värske kapsas	Kapsas pea

Brokoli - kikerhernekarri	Purustatud tomatid omas mahlas, Koriander , Tomatipasta 28-30%, Brokoli, Küüslauk, Sibul, Kikerherned kuivatatud
---------------------------	--

neljapäev, 15.jaanuar	
Ahju-sealiha	Sea välisfilee, kamarata, jahutatud
Valge kaste maitserohelisega	Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell, Till
Aurutatud mais	Magusad maisiterad
Keedetud tatar	Tatar
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, Riis sömer
Hapukapsas, kaalikas, spinat, peet	Hapukapsas, Kaalikas, Peet keedetud, Spinat
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, Sidrun, Ingver
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Kõrvits	Kõrvits

Porgandikotlet seesamiseemnetega	Jahu nisu, Manna, Seesamiseemned valged, Muna, Toidukoor 20 %, Porgand, Punane uba
----------------------------------	--

reede, 16.jaanuar	
Lihtne kalasupp munaga	Heigifilee, Muna, Porgand, Sibul, Till, Kartul, Punase kala supikogu
Õunakook	Jahu nisu, Õun, Tärklis kartuli, Jahu Kaera, Hapukoor 20%, Muna, Või 82%
Seemne-pähklisegu	Linaseemned, Kõrvitsaseemned, Maapähkel, Seesamiseemned valged, Päevalilleseemned
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Apelsin	Apelsin
Porgand	Porgand

Värskekapsaborš punaste ubadega	Vesi, Tomatipasta 28-30%, Petersell, , Peet keedetud, Porgand, Kapsas pea, Sibul, Küüslauk, Kartul, Till , Sidrun, Punane uba kuivatatud
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%