

Koolilõuna 16.09-20.09.2024

Esmaspäev		Kogus, g
Lõunasöök	Sinepine sealihakaste (G, L)	140,00
	Täisterapasta/pasta (G)	125,00
	Riis, aurutatu	125,00
	Kõrvits, röstitud	100,00
	Mahla-õlikaste	5,00
	Peedi-hapukurgisalat	100,00
	Hiina kapsas, roheline hernes, punane redis (mahe)	100,00
	Seemnesegu	10,00
	Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)	100,00
	Tee, suhkruta	200,00
	Rukkileiva-ja sepikutoodete valik (G)	60,00
	Pirn	100,00
	Kokku:	

Teisipäev		Kogus, g
Lõunasöök	Veiselihassupp kümne köögiviljaga	350,00
	Mustsõstra-rukkivaht (G)	160,00
	Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)	100,00
	Tee, suhkruta	200,00
	Rukkileiva-ja sepikutoodete valik (G)	60,00
	Õun	100,00
	Kokku:	

Kolmapäev		Kogus, g
Lõunasöök	Hakkliha-suvikõrvitsapikkpoiss, seahakkliha (G, PT)	50,00
	Kartulipuder (L)	125,00
	Tatar, aurutataud	125,00
	Peet, aurutatud	100,00
	Soe valge kaste (G, L)	100,00
	Mahla-õlikaste	5,00
	Kapsa-maisi-paprikasalat	100,00
	Porgand, tomat, porrulauk	100,00
	Seemnesegu	10,00
	Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)	100,00
	Rukkileiva-ja sepikutoodete valik (G)	60,00
	Apelsin	100,00
	Kokku:	

Neljapäev		Kogus, g
Lõunasöök	Koorene lõhesupp spinatiga (L)	350,00
	Mustikajogurt (L)	160,00

	Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)	100,00
	Tee, suhkruta	200,00
	Rukkileiva-ja sepikutoodete valik (G)	60,00
	Pirn	100,00
	Kokku:	

Reede		Kogus, g
Lõunasöök	Värskekapsahautis kanahakklihaga	140,00
	Kartul, aurutatud	125,00
	Kuskuss, aurutatud (G)	125,00
	Juurseller, röstitud	100,00
	Jogurti-keefirikaste, maitserohelisega	50,00
	Mahla-õlikaste	5,00
	Suvikõrvitsa-kurgisalat	100,00
	Hiina kapsas, porgand, mais	100,00
	Seemnesegu	10,00
	Piimatooted (piim, keefir R 2,5%) (L)	100,00
	Tee, suhkruta	200,00
	Rukkileiva-ja sepikutoodete valik (G)	60,00
	Ploom	100,00

NÄDALA KESKMINE KOKKU:

Teavet menüüs sisalduvate allergeenide kohta küsi köögipersonalilt

Sisaldab G-gluteeni L-laktoosi PT-portsjontoode

Joogivesi on igapäevaselt tasuta saadaval

Menüü kaloraaž on arvestatud gümnaasiumi vanuserühmale 16-18 aastat ja enam

