**Koolilõuna menüü 13-17.01 OÜ Orfeum**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Esmaspäev 13.01** | Põhikool I | Põhikool II | Põhikool III |
| Kana-köögiviljarisoto  ( riis, hernes, mais, paprika, porgand, kana,ma) | 230g | 250g | 270g |
| Porgandisalat | 50g | 60g | 75g |
| Kapsa-ananassisalat | 50g | 60g | 75g |
| Leivavalik | 40g | 40g | 50g |
| Puuvilja tee ja suhkur, koolipiim R2,5% | 200g/5g | 200g/5g | 200g/5g |
| Õunaamps | 100g | 120g | 150g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Teisipäev 14.01** | Põhikool I | Põhikool II | Põhikool III |
| Koorene kalasupp (kartul,porgand,kala,  porru,rapsiõli,koor,ma), maitseroheline | 260g/3g | 280g/3 | 300g/3g |
| Õunavorm kaerahelvestega( õun, nisujahu,  kaneel,kaerahelbed,või), piim R2,5% | 100g/100g | 120g/110 | 140g/120g |
| Leivavalik | 40g | 40g | 50g |
| Koolipiim R2,5%, -keefir R2,5% |  |  |  |
| Pirniamps, kapsaamps | 100g | 120g | 150g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kolmapäev 15.01** | Põhikool I | Põhikool II | Põhikool III |
| Hakkklihakaste köögiviljadega  (seguhakkliha,porgand,uba,hapukoor,nisujahu, sibul,ma) | 90g | 100g | 110g |
| Pasta, tatar | 160g | 170g | 180g |
| Värske kapsas,peet,seemned,salatikaste | 50g | 60g | 75g |
| Porgandi-pirni-paprikasalat | 50g | 60g | 75g |
| Leivavalik | 40g | 40g | 50g |
| Õunamahlajook,  koolipiim R2,5%, -keefir 2,5% | 200g | 200g | 200g |
| Apelsiniamps | 80g | 120g | 150g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Neljapäev 16.01** | Põhikool I | Põhikool II | Põhikool III |
| Külasupp sealihaga( kartul,odrakruup,kapsas,  porgand,sibul, rapsiõli,ma),hapukoor R20% | 270g/5g | 300g/10g | 320g/10g |
| Kohupiim (kohupiim,piim,suhkur) marjadega | 130g/20g | 160g/20g | 170g/25g |
| Leivavalik | 50g | 50g | 60g |
| Koolipiim R2,5% |  |  |  |
| Pirniamps | 100g | 100g | 120g |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Reede 17.01** | Põhikool I | Põhikool II | Põhikool III |
| Küpsetatud kana (kanakoib,rapsiõli,ma),  jogurti-kurgikaste( maitsestamata jogurt, kurk, ma) | 1tk/50g | 1tk/50g | 1tk/60g |
| Kartul, riis | 160g | 170g | 180g |
| Porgandi-kaalikasalat | 50g | 60g | 75g |
| Hiinakapsas, seller, seemned, salatikaste | 50g | 60g | 75g |
| Leivavalik | 40g | 40g | 50g |
| Vesi marjadegaga,  koolipiim R2,5%, keefir R2,5% | 200g | 200g | 200g |
| Õunaamps | 100g | 120g | 150g |

Teavet toidu talumatust põhjustada võivate toidu koostisosade sealhulgas allergeenide kohta saab peakoka käest.