

KOOLILÕUNA							
Esmaspäev 19.10	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Kanakintsuliha laimi marinaadis	110	100	192	12,1	1,73	19	
Aurutatud riis	90	100	130	0,238	27,4	2,82	
Soe koorekaste	50	100	145	11,9	6,93	2,29	2
Kuskuss köögiviljadega (paprika;tomat;suvikõrvits)	90	100					1
Taipärane köögiviljavokk köögiviljaga (kapsas;porgand;paprika;hernes;mais)	60	100	40,1	1,28	4,25	1,73	Shitake seen
porgandi - ja kaalikasalat majoneesiga	50	100	38,7	0,28	6,78	1,2	2
peet; riivitud valge redis; mais	30	100					
Sinepi-meekaste	5	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste maitserohelisega	10	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Vormileib	40	100	213	2,31	39	6,06	1;2;11
Röstkõrvitsa hummus	5	100	166	9,49	10,1	5,71	Kikerhernes
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika Talu õun (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Halika Talu õun	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Kikerhernekottlet (sibul;porgand;kartul;ürdid;muna;kaerajahu)	90	100	163	6,2	17,8	6,6	1
Teisipäev 20.10	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Hapukapsasupp eestimaise sealihaga	200	100	67,8	3,75	4,94	3,02	1
Puuviljakissell (aprikoos;rosin;mustploom)	75	100	86,6	0,11	20,9	0,72	maisitärklis
Vaniljekohupiim	20	100	348	34,2	7,84	2,19	2
Ahjukinoa paprika ja karamelliseeritud sibulaga	50	100	62,1	1,85	7,29	2,5	
Kapsa-maisisalat Kooliresto pestoga	30	100	38,2	0,06	6,63	0,7	
Võioad;porgand;kurk	30	100					
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste maitserohelisega	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Vormileib	40	100	213	2,31	39	6,06	1;2;11

Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika Talu õun (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Halika Talu õun	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Lillkapsa-bataadikreemsupp	200	100	142	7,1	2,4	11,2	Kookospiim
Röstitud kikerhernes	20	100	324	5,5	38,5	19,7	
PIKAPÄEVASÖÖK							
Esmaspäev 19.10	Eeldatav ports	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid	
Hernesupp suitsulihaga (kruup;sibul;porgand, küüslauk;maheveisepuljong)	200	100	91,5	5,31	4,25	1	
Pannkook toormoosiga	100	100	12	21,8	3,9	1;2	
Arbuus	60	100	0,3	7,24	0,5		
Teisipäev 20.10	Eeldatav ports	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid	
Paneeritud kanafilee	100	100	10,7	15,2	21,6	1	
Riis	90	100	0,238	27,4	2,82		
Tomati-kurgisalat tilliga	30	100	32,6	0,01	4,78		
Jogurti külmkaste maitserohelisega	40	100	40,3	5,1	3,8	2	

Menüüs märgitud allergeenid

- 1 gluteen
- 2 laktoos
- 3 muna
- 4 Kala
- 10 Sinep
- 11 Seesamiseemned

Abikõlbliku puu- ja köögivilja pakkumise korral ühikuhind 0,33 eurot portsjoni (portsjon on vähemalt 100 grammi) suuruse kohta . Abikõlblike piimatoodete ühikuhind hind 0,22 eurot portsjoni suuruse kohta (portsjon on vähemalt 250 milliliitrit). Toetust makstakse portsjoni ulatuses lapse või õpilase kohta üks kord õppenädalas pakutud toodete eest.

#