Koolilõuna 23.-27.11.2026

Esmaspäev, 23.11

Böfstrooganov 160g
Teriyaki lõhetükid brokoli ja seesamiseemnetega 160g
Kanakaste seente ja peekoniga 160g
Kikerherne-köögiviljakaste 160g
Rooskapsas (röstitud) 50g
Täisterapasta/pasta (keedetud) 100g
Riis (keedetud) 100g
Porgandi-mangosalat 50g
Peet, valge redis 100g
Salatikaste 10g
Seemnesegu 10g
Piimatooted (piim, keefir) 50g
Täistera/-seemneleib (2 sorti) ja täistera- või kaerasepik 30g
Leivamääre 10g
Pirn 100g

Teisipäev, 24.11

Ahjus küpsetatud broileri poolkoib tandoori stiilis 70g
Ahjukala köögiviljadega 160g
Hakkliha-köögiviljakaste 160g
Juurviljapihv 60g
Tomatikaste 100g
Hautatud valge peakapsas sibulaga 100g
Kartulipüree 100g
Tatar (aurutatud) 100g
Mustjuure-õunasalat jogurtikastmega 100g
Hiina kapsas, mais 100g
Salatikaste 10g
Seemnesegu 10g
Piimatooted (piim, keefir) 50g

Täistera/-seemneleib (2 sorti) ja täistera- või kaerasepik 30g
Muna-ürdivõie 10g
Õun 100g

Kolmapäev, 25.11

Kadripäev!
Kana-kruubisupp 350g
Tomatine hakklihasupp 300g
Külasupp roheliste hernestega 300g
Pohla-kamavaht 160g
Piimatooted (piim, keefir) 50g
Karask 30g
Täistera/-seemneleib (2 sorti) ja täistera- või kaerasepik 30g
Hummus 20g
Paprika 100g

Neljapäev, 26.11

Tex Mex pastavorm hakklihaga 350g
Kalakaste 160g
Tomatine kanalihakaste 160g
Tex Mex kaste hakksojaga 160g
Röstitud köögiviljad 100g
Kapsa-kurgisalat tilliga 50g
Porgand, jääsalat 100g
Salatikaste 10g
Seemnesegu 10g
Piimatooted (piim, keefir) 50g
Täistera/-seemneleib (2 sorti) ja täistera- või kaerasepik 30g
Toorjuustu-ürdimääre 15g
Apelsin 100g

Reede, 27.11

Kala-riisisupp 350g

Peedisupp veiselihaga 350g

Brokoli ja valge oa püreesupp 350g

Hapukoor 30g

Vaarika-mannavaht 160g

Piimatooted (piim, keefir) 50g

Täistera/-seemneleib (2 sorti) ja täistera- või kaerasepik 30g

Pirn 100g