

Koolilõuna nädalamenüü 08.02 - 12.02.2021

Daily

Pärnu Rääma põhikool

Esmaspäev	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g
Kodune hakklihakaste	150				
Aurutatud rohelised herned	50				
Keedetud makaronid	50				
Keedetud tatar	50				
Jääsalat	50				
Porgand	50				
Kastmevalik salatitele	10				
Seemnesegu	5				
Õunamahlajook	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	60				
Pria pirn, valge kapsas	150				
Kokku					
Teisipäev	Kogus, g				
Kalkuni - aedviljasupp	250				
Maasikakissell	75				
Kohupiimavaht	75				
Pria piimatooted	150				
Leivatoodete valik (5 sorti)	65				
Pria õun, nuikapsas	150				
Kokku					
Kolmapäev	Kogus, g				
Heik tilli ja sidrunimahлага	50				
Valge kaste maitserohelisega	100				
Ahjukõrvitsakuubikud	50				
Keedetud riis köögiviljadega	50				
Kartulipuder	50				
Kapsa-porgandi salat	50				
Peet	50				
Kastmevalik salatitele	5				
Seemnesegu	5				
Kummeli tee	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	70				
Pria pirn, kurk	150				
Kokku					
Neljapäev	Kogus, g				
Kodune seljanka	250				
Hapukoor, R 20 %	20				
Õuna - odravaht	100				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	55				
Pria melon, porgand	150				
Kokku					
Reede	Kogus, g				
Kanapasta	250				
Aurutatud brokoli	50				
Peedisalat õliga	50				
Porgand	50				
Kastmevalik salatitele	15				
Seemnesegu	5				
Maitsevesi	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	35				
Pria mandariin, tomat	150				
Kokku					
Nädala keskmine:					
10 päeva keskmine:					

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: ljubov.kaho@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatooted koolipäevas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.