

Koolilõuna nädalamenüü 15-19.02.2021

Eesti toidu päevad

Pärnu Rääma põhikool

Daily

Esmaspäev	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g
Koorene kalkunikaste	150				
Aurutatud rohelised oad	50				
Keedetud tatar	50				
Keedetud makaronid	50				
Hapukapsasalat	50				
Peet, porgand	50				
Kastmevalik salatitele	10				
Seemnesegu	5				
Hibiskuse tee	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	65				
Pria pirn, paprika	150				
Kokku					

Teisipäev	Vastlapäev	Kogus, g			
<i>Hernesupp sealihaga</i>		250			
<i>Vastlakukkel vahukoorega</i>		60			
Pria piimatooted		kuni 250			
Leivatoodete valik (5 sorti)		50			
Pria banaan, porgand		150			
Kokku					

Kolmapäev	Kogus, g				
Hautatud kanalihatükid	50				
Piimakaste	100				
<i>Küpsetatud kaalikapulgad</i>	50				
<i>Mulgipuder ehk poolvillane puder</i>	50				
Keedetud pärl kuskuss	50				
Peedisalat	50				
Valge peakapsas, porgand	50				
Kastmevalik salatitele	10				
Seemnesegu	5				
Maitsevesi	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	75				
Pria õun, paprika	150				
Kokku					

Neljapäev	Kogus, g				
<i>Lihtrne kalasupp munaga</i>	250				
<i>Sepikuvorm kõrvitsa, õuna ja kuremarjaga</i>	100				
Pria piimatooted	150				
Leivatoodete valik (5 sorti)	55				
Pria apelsin, liilkapsas	150				
Kokku					

Reede	Kogus, g				
<i>Värskekapsa - veisehakklihahautis</i>	150				
<i>Rõstitud punane peet ürtidega</i>	50				
Keedetud kartulid	50				
Keedetud tatar	50				
Porgand	50				
Hiinakapsas, kurk	50				
Kastmevalik salatitele	5				
Seemnesegu	5				
Puuvilja mahlajook	150				
Pria piimatooted	kuni 250				
Leivatoodete valik (5 sorti)	60				
Pria pirn, valge kapsas	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 piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.