

Esmaspäev	Kogus grammides			
	I kooliaste	II kooliaste	III kooliaste	Gümnaasium
Kodune hakklihakaste (sea- ja veisehakkliha, sibul, porgand, hapukoor, nisujahu, toiduõli) (L, G)	100	110	120	150
Keedetud pasta (G)	80	100	100	100
Keedetud tatar, nisutang (G)	50	50	100	100
Porgandisalat seesamiseemnetega	25	35	50	60
Kapsas, kurk, rukola, salatikaste	25	35	50	60
Leivatoodete valik (G)	30	40	50	70
Tee / suhkur	200/8	200/8	200/8	200/8
Keefir 2,5%, piim 2,5% (L) (PR)	100	100	100	-
Valge redis (PR)	100	100	-	-

Juurvilja hakklihapada	100	110	120	130
Tomati-hakklihakaste	100	110	120	130
Hapukoore-kalakaste (L, G)	100	110	120	130
Sooja lisandi valik, seemnesegu	100/10	100/10	150/10	150/10
Pasta tomatikastmes (T)	220	230	250	280
Hiinakapsas, kaalikas, salatikaste	50	50	50	50

Teisipäev	Kogus grammides			
	I kooliaste	II kooliaste	III kooliaste	Gümnaasium
Koorene kana- ja köögiviljasupp (kanakoib, kartul, pasta, porgand, sibul, paprika, toidukoor, toiduõli) (L, G)	220	230	250	300
Apelsinikissell (apelsinimahl, suhkur, kartulitärklis) vahukoorega (vahukoor, suhkur) (L)	180	200	220	220
Leivatoodete valik (G)	40	50	60	70
Maitsestatamata jogurt 2,5%, piim 2,5% (L)	100	150	200	-
Kapsas (PR), õun	100	100	100	100

Hakkliha-juurviljasupp (SL)	220	230	250	300
Kartuli-paprikasupp	220	230	250	300
Tomati-riisipupp	220	230	250	300
Kapsasupp (T), (SL)	220	230	250	300

Kolmapäev	Kogus grammides			
	I kooliaste	II kooliaste	III kooliaste	Gümnaasium
Ühepajatoit (sealiha, kartul, porgand, sibul, valge peakapsas, kaalikas, toiduõli)	220	230	250	280
Varajane kapsas, punanae sibul, till, salatikaste	25	35	50	60
Värskekurgi-valgeredisesalat	25	35	50	60
Leivatoodete valik (G)	40	50	60	70
Kirsijook	200	200	200	200
Keefir 2,5%, piim 2,5% (L) (PR)	100	150	200	-
Apelsini ampsud	100	100	100	100

Strooganov (L, G)	100	110	120	150
Kalakaste tilliga / tomatine kalakaste	100	110	120	150
Sooja lisandi valik, seemnesegu	100/10	100/10	150/10	150/10
Ühepajatoit lihata (T)	220	230	250	280
Punanae peet, kaalikas, salatikaste	50	50	50	50

Neljapäev	Kogus grammides			
	I kooliaste	II kooliaste	III kooliaste	Gümnaasium
Paneeritud valge kala filee (G, SN)	50	50	50	50
Keedetud riis	80	100	100	100
Keedetud tatar, nisutang (G)	50	50	100	100
Soe kaste (toidukoor, nisujahu, toiduõli) (L, G)	35	40	50	70
Valge redis, porgand, mais, salatikaste	25	35	50	60
Peedi-õunasalat	25	35	50	60
Leivatoodete valik (G)	30	40	50	70
Must tee / suhkur	200/8	200/8	200/8	200/8
Keefir 2,5%, piim 2,5% (L) (PR)	100	100	100	-
Kaalikas (PR)	100	100	-	-

Kalaguljašš (L, G)	100	110	120	150
Hautatud kala juurviljadega	100	110	120	150
Kala-riisiroog	180	190	200	250
Sooja lisandi valik, seemnesegu	100/10	100/10	150/10	150/10
Porgandi-sibula-tatrapada (T)	220	230	250	280
Valge peakapsas, hiinakapsas, salatikaste	50	50	50	50

Reede	Kogus grammides			
	I kooliaste	II kooliaste	III kooliaste	Gümnaasium
Magus-hapu kana ananassiga (broileri kintsuliha, paprika, porgand, sibul, tomat, ananass, toiduõli)	100	110	120	150
Keedetud kartul	80	100	100	100
Keedetud riis, kuskuss (G)	50	50	100	100
Kaalika-porgandisalat	25	35	50	60
Hiinakapsas, tomat, roheline sibul, salatikaste	25	35	50	60
Leivatoodete valik (G)	30	40	50	70
Mahlajook	200	200	200	200
Maitsestatamata jogurt 2,5%, piim 2,5% (L)	100	100	100	-
Puuvilja ampsud	100	100	100	100

Valge kala filee sinepikastmes (L, G, SN)	100	110	120	150
Pilaff kanalihaga	220	230	250	280
Koorene kanakaste (L, G)	100	110	120	150
Soojalisandi valik, seemnesegu	100/10	100/10	150/10	150/10
Köögiviljarisotto (T)	220	230	250	280
Valge redis, kapsas, salatikaste	50	50	50	50

* L – laktoos

* M – muna

* G – gluteen

* SL – seller

* SN – sinep

* T – taimetoit

* PR – PRIA koolikava toetuse raames jagatavad piimatooted 1.-9. klassi õpilastele ning puu- ja köögiviljad 1.-6. klassi õpilastele.

Infot toidus sisalduvate allergeenide kohta saab söökla peakokalt.