

Koolilõuna nädalamenüü 09.09-13.09.2019  
Pärnu Rääma PK

<b>Esmaspäev</b>	<b>Kogus, g</b>
Makaronid hakklihaga	250
Tomatikaste	40
Aurutatud rohelistes oad	50
Valge redise - hapukooresalat	50
Valge peakapsas, peet, sibul, porgand	50
Kastmevalik salatitele	5
Seemnesegu	5
Ounamahlajook	150
Pria piimatooted: piim, R 2.5 % ja keefir, R 2.5 %	kuni 250
Leivatoodete valik (5 sorti)	20
Pirn ja kaalika snäkid	150

<b>Teisipäev</b>	<b>Kogus, g</b>
Sügisene kanapada seentega	150
Aurutatud lillkapsas	50
Keedetud kartulid	50
Hiiinakapsasalat kurgi ja maisiga	50
Kaalikas, marineeritud sibul, porgand, tomat	50
Kastmevalik salatitele	5
Seemnesegu	5
Marja-keefirikokteil	100
Vesi	150
Pria piimatooted: piim, R 2.5 % ja keefir, R 2.5 %	kuni 250
Leivatoodete valik (5 sorti)	40
Oun	150

<b>Kolmapäev</b>	<b>Kogus, g</b>
Tomatine kalakaste	50
Aurutatud brokoli	50
Keedetud riis köögiviljadega	50
Porgandi - lillkapsasalat	50
Peet, valge redis, salatilehtede segu	50
Kastmevalik salatitele	15
Seemnesegu	5
Kummeli-apelsin tee	150
Pria piimatooted: piim, R 2.5 % ja keefir, R 2.5 %	kuni 250
Leivatoodete valik (5 sorti)	50
Ploomi ja kurgi snäkid	150

<b>Neljapäev</b>	<b>Kogus, g</b>
Kuskuss kalkuni ja köögiviljadega	250
Kõrvitsa - õunasalat	50
Valge peakapsas, porru, peet, kaalikas	50
Kastmevalik salatitele	10
Seemnesegu	5
Piim, R2,5%	50
Vesi	150
Pria piimatooted: piim, R 2.5 % ja keefir, R 2.5 %	100
Leivatoodete valik (5 sorti)	25
Pirn ja porgandi snäkid	150

<b>Reede</b>	<b>Kogus, g</b>
Kodune sealihakaste	150
Ahjuporgandid	50
Keedetud tatar	50
Peedisalat	50
Jääsalat, porgand, redis	50
Kastmevalik salatitele	10
Seemnesegu	5
Ounakissell	150
Rõstitud kaerahelbed	
Mustsõstraga maitsevesi	150
Pria piimatooted: piim, R 2.5 % ja keefir, R 2.5 %	kuni 250
Leivatoodete valik (5 sorti)	50
Apelsin ja valge kapsa snäkid	150

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