MENÜÜ

12. - 16. oktoober

Esmaspäev

Kana-köögiviljasupp kartuli ja läätsedega 300g,
banaani-kohupiimavaht moosi ja röstitud mandlitega 150g/20g/10g, leib/sepik toorjuustuga 40g, õun/paprika 50g

Teisipäev

Kartuli-porgandipüree 150g, paneeritud kala 1tk, vitamiinisalat 100g,külm kaste 50g, aurutatud köögiviljad 50g, piim* 150g, õun 100g, leib/sepik 40g, kurk* 50g

Kolmapäev

Kartuli-klimbisupp sealihaga 300g, leib/sepik merevaiguga 40g, maitsestamata jogurt chia seemnete ja maasikatega 150g, banaan 50g, paprika/nuikapsas 30g/pähklid/rosinad 10g

Neljapäev

kanapasta 250g, hiinakapsasalat maisi-ja kurgiga 100g, aurutatud köögiviljad 50g, piim* 150g, ploom 100g, leib/sepik 40g, porgand* 50g

Reede

Värskekapsaborš kanaga 300g, hapukoor 20g, leib/sepik toorjuustuga 40g, marjakissell vahukoore ja kaerahelvestega 150g/20g/10g, pirn 50g, pähklid/rosinad 20g

*piima ja keefiri koolikava toetus
** puuvilja ja köögivilja koolikava toetus
Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi e-posti aadressilt hedith.elva@rakke.edu.ee
Söökla võib vajadusel menüüd muuta!