



Esmaspäev 27.04.2026		Koostisosad	Kogus, g
Hommikusöök	Odrahelbepuder (G, L)	Odrahelbed, piim, söögisool, vesi	250,00
	Marjad	Vaarikad, mustikad	30,00
	Tee, suhkruta	Taimeteepuru, vesi	200,00
<small>Hommikusöök kokku:</small>			
Lõunasöök	Prantsuse ürtidega kalahautis	Valge kalafilee, katapuljong, porru, apteegitiil, varsseller, küüslauk, toiduõli, tüümian, loorber, petersell, söögisool, must pipar	140,00
	Täisterapasta/pasta (G)	Täisterapasta/pasta (durumnisujahu, vesi), söögisool, vesi, toiduõli	80,00
	Riis, aurutatud	Riis, söögisool, vesi, toiduõli	80,00
	Kapsa-porrulaugusalat	Valge peakapsas, porrulauk, toiduõli, sidrunimah, söögisool, suhkur	100,00
	Porgand, roheline hernes, kaalikas		100,00
	Salatikaste		10,00
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalilleseemned, seesamiseemned	15,00
	PRIA Piimatooted (piim, keefir) (L)		100,00
	Rukkileib (G)		50,00
Õun		100,00	
<small>Lõunasöök kokku:</small>			
Koolieine	Kartulisalat, lihata (L)	Keedukartul, keeduporgand, kurk, kanamuna, hapukoor, majonees, till, söögisool, suhkur	200,00
	Seemneleib (G)		50,00
<small>Koolieine kokku:</small>			
Teisipäev 28.04.2026		Koostisosad	Kogus, g
Hommikusöök	Kaerahelbepuder (G, L)	Kaerahelbed, piim, vesi, söögisool	250,00
	Moos (VS)		30,00
	Tee, suhkruta	Taimeteepuru, vesi	200,00
<small>Hommikusöök kokku:</small>			
Lõunasöök	Värskekapsasupp sealihaga	Sealiha, kartul, valge peakapsas, porgand, mugulsibul, vesi, loorber, toiduõli, must pipar, söögisool, petersell	250,00
	Riisipuding vaarika-pirnikastmega (L)	Riis, vesi, vahukoor, suhkur, sidrunikoor, sidrunimah, maisitärklis, vaarikad, pirn	160,00
	Rukkileib (G)		30,00
	Porgand		100,00
<small>Lõunasöök kokku:</small>			
Koolieine	Tatrahautis kanafilee ja tomatitega	Tatar, kanafilee, porgand, mugulsibul, tomat, toiduõli, vesi, söögisool, petersell	250,00
	Hapukoor (L)		30,00
	PRIA Piim (L)		100,00
<small>Koolieine kokku:</small>			
Kolmapäev 29.04.2026		Koostisosad	Kogus, g
Hommikusöök	Seitsmeviljapuder linaseemnetega (G, L)	Seitsmeviljahelbed (kaer, rukis, oder, nisu, hirss, tatar, mais), linaseemned, piim, söögisool, vesi	250,00
	Moos (VS)		30,00
	Tee, suhkruta	Taimeteepuru, vesi	200,00
<small>Hommikusöök kokku:</small>			
Lõunasöök	Kirju pikkpoiss kanalihast (G, PT)	Broilerihakkliha, mugulsibul, kanamuna, riivsa, vesi, porgand, paprika, toiduõli, söögisool, must pipar	60,00
	Kartulipüree (L)	Kartul, piim, vesi, või, söögisool	80,00
	Kinoa, keedetud	Kinoa, söögisool, vesi	80,00
	Soe valge kaste (G, L)	Nisujahu, toiduõli, piim, toidukoor, söögisool	100,00
	Hiina kapsa-paprikasalat	Hiina kapsas, paprika, toiduõli	100,00
	Peet, hapukurk, mais		100,00
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalilleseemned, seesamiseemned	15,00
	Salatikaste		10,00
	PRIA Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00
	Rukkileib (G)		50,00
Pirn		100,00	
<small>Lõunasöök kokku:</small>			
Koolieine	Kanapasta juustu ja basiilikuga (L)	Kanaliha, pasta (durumnisujahu, vesi), juust, mugulsibul, küüslauk, suvikõrvits, toiduõli, vesi, basiilik, söögisool, must pipar	250,00
	Banaan		100,00
<small>Koolieine kokku:</small>			
Üldinfo menüü kohta			
Taimetoit võib sisaldada muna- ja piimatooteid			
Allergiat või toidutalumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi lisainfot köögipersonalilt: +372 5341 0815			
Menüü on koostatud lähtudes 4.-9.klassi vanuserühma toiduenergia ja toitainete vajadusest, järgides kehtivaid tootmissoovitusi			
Joogivesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul			
Menüü muudatused kooskõlastatakse kooliga vastavalt hankelepingule. Erandolukorras, kus muudatus on vältimatu (nt ootamatu tooraine puudus), teavitatakse kooli esimesel võimalusel ning tagatakse toidu toiteväärtuslikkus ja mitmekesisus			
Tähtsised menüüs			
G - sisaldab gluteeni			
L - sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)			
M - sisaldab muna			
P - sisaldab pähtleid			
PT - portsjontode			
VS - vähendatud suhkruga			
PRIA toetusprogrammid			
Koolipuuviija ja -kõgiviija ning koolipiima toetab osaliselt PRIA			



Neljapäev 30.04.2026		Koostisosad	Kogus, g
Hommikusöök	Riisipuder (L)	Pudruriis, söögisool, piim, nisukliid, vesi, söögisool	250,00
	Moos (VS)		30,00
	Tee, suhkruta	Taimeteepuru, vesi	200,00
			Hommikusöök kokku:
Lõunasöök	Hapukapsasupp sealihaga (G)	Sealiha, kartul, hapukapsas ( valge peakapsas, söögisool, porgand), porgand, mugulsibul, <b>odrakruup</b> , vesi, toiduõli, suhkur	250,00
	Hapukoor (L)		30,00
	Vanillipuding kirsipüreega (L)	<b>Piim</b> , suhkur, maisitärklis, vanillisuhkur, kirsid	160,00
	Rukkileib (G)		50,00
	Valge redis		100,00
			Lõunasöök kokku:
Koolieine	Kauboikartulid juustuga (L)	Kartul, <b>juust</b> , söögisool, toiduõli	250,00
	Hapukoorekaste ürtide ja küüslauguga (L)	Hapukoor , maitsestatamata <b>jogurt</b> , küüslauk, peresell, till, söögisool,	50,00
	PRIA Piim (L)		100,00
			Koolieine kokku:

Reede 1.05.2026		Koostisosad	Kogus, g
Hommikusöök			
			Hommikusöök kokku:

Lõunasöök			
			Lõunasöök kokku:

Koolieine			
			Koolieine kokku:

**NÄDALA KESKINE KOOLILÕUNA KOKKU:**  
Põhitaitainetest saadava energia osakaal koguenegiast (%E)  
Nõutud vahemik kahe nädala keskmisena

**Üldinfo menüü kohta**

Taimetoit võib sisaldada muna- ja piimatooteid  
Allergiat või toidutalumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi lisainfot köökipersonaalt +372 5341 0815  
Menüü on koostatud lähtudes 4.-9.klassi vanuserühma toiduenergia ja toitainete vajadusest, järgides kehtivaid tootmissoovitusi  
Joojavesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul  
Menüü muudatused kooskõlastatakse kooliga vastavalt hankelepingule. Erandolukorras, kus muudatus on vältimatu (nt ootamatu tooraine puudus), teavitatakse kooli esimesel võimalusel ning tagatakse toidu toiteväärtuslikkus ja mitmekesisus

**Tähtsised menüüs**  
G – sisaldab gluteeni L – sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)  
M – sisaldab muna P – sisaldab pähkleid  
PT – portsjontoodet VS – vähendatud suhkruga

**PRIA toetusprogrammid**  
Koolipuuvilja ja -kõõgivilja ning koolipiima toetab osaliselt PRIA