

|                                                                              | <b>ESMASPÄEV</b><br><b>15.12.2025</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>TEISIPÄEV</b><br><b>16.12.2025</b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>KOLMAPÄEV</b><br><b>17.12.2025</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>NELJAPÄEV</b><br><b>18.12.2025</b>                                                                                                                                                                                                                               | <b>REED</b><br><b>19.12.2025</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>HOMMIKUSÖÖK</b><br>KELL 7.30                                              | ODRAhelbepuder (G;L)<br>Jõhvikad <u>kuivatatud</u> (SU), Mesi<br>Marjasegu, külmutatud<br><u>MANDLilaastud</u> (N)<br>Tee sidruniga, suhkruga (VS)                                                                                                                                                                                                          | HIRSIhelbepuder (L)<br><u>MAAPÄHKLID</u> (P)<br>Marjasegu, külmutatud<br>Tee sidruniga, suhkruga (VS)                                                                                                                                                                                      | KAERAhelbepuder (G,L)<br>Kaneeli-suhkrusegu, Moos<br>Päevalilleseemned, kooritud<br>Marjasegu, külmutatud<br><u>KAKAO</u> (VS); (L)                                                                                                                                                                                                                            | VITTEVILJApuuder (G,L)<br>Chia seemned, Moos<br><u>MANDLilaastud</u> (N)<br>Õunakooretee (VS)                                                                                                                                                                       | Maisihelbepuder (L)<br>Chia seemned, <u>ROSINAD</u> (SU)<br>Marjasegu, külmutatud<br>Tee sidruniga, suhkruga (VS)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>KOOLILÖUNA</b><br><br>I SÖÖGIVÄHETUND<br><br>KELL 10.35<br>I-V KLASS      | Suitsusardell (PT) 60g<br><u>MAKARONID</u> keedetud (G)<br>Tatar lisandina<br><br>Aurutatud köögiviljasegu<br><u>HAPUKOOREKASTE</u> sibulaga (G,L)<br><br>Maitseroheline, Tomatisalat                                                                                                                                                                       | Hakklihasupp purustatud tomatiga<br>Maitseroheline<br><br>Virsi - <u>RUUKI</u> jahuvaht (G)<br><u>PIIM</u> magustoidule (L)<br><br><u>LEIB</u> (G), <u>SEPIK</u> (G;L)<br><u>TERAVILJA</u> kukkel (G;SE)                                                                                   | KANALIHA HAKKPRAAD (M,L,G), (PT)<br>Kartul keedetud, Kinoa lisandina<br>Aurutatud köögiviljasegu<br><br><u>SINEPINE</u> kaste (L,G,A)<br>Rohesalat <u>SEESAMISEEMNETEGA</u> (SE)<br><br>Klopitud kurgisalat, Porgandi-pirnisalat<br><br>Paprikasalat, Nuikapsasalat<br><u>KODUJUUST</u> (L)<br><br><u>LEIB</u> (G)/ <u>SEPIK</u> (G;L)<br><u>TOORJUUST</u> (L) | KALASUPP riisiga (F,L)<br>Maitseroheline<br><br><u>KAMAMAIUS</u> (G,L) piparkoogi- ja<br>marjadega<br><u>LEIB</u> (G)/ <u>SEPIK</u> (G;L)<br><br><u>TERAVILJA</u> kukkel (G;SE)<br><br><u>MUNAVÕI</u> (M,L)<br><u>Sulatatud JUUST</u> (L)<br><br>Tomat-kurk leivale | Verivorst või HAKK-KOTLET (PT)<br>Praekapsas porgandiga<br>Kartul keedetud<br><br>Hapukoorekaste porgandiga<br>Hiinakapsasalat<br><br>Kurgi-tomatisalat<br><br>Peedi-küüslaugusalat, <u>MAJONEESIGA</u> (L,M,A)<br>Kõrvits marineeritud<br><br>Hernes konserveeritud<br><u>LEIB</u> (G)/ <u>SEPIK</u> (G;L)<br>Sulatatud juust<br><u>TOORJUUST</u> (L)<br><u>PIIM</u> , <u>KEEFIR</u> R 2.5% (L), Glögi<br><u>KUIVATATUD PUUVILJASEGU</u> (SU)<br><u>PÄHKLITESEGU</u> (P,N)<br>Paprikaamps |
| II SÖÖGIVÄHETUND<br><br>KELL 11.40<br>VI-XII KLASS<br><br><b>PRIA I-IX.k</b> | Värskekapsasalat<br>Porgandisalat <u>ÕLIKASTMEGA</u> (A)<br>Peedi-küüslaugusalat, <u>MAJONEESIGA</u><br>(L,M,A)<br><u>KODUJUUST</u> (L)<br><u>LEIB</u> (G)/ <u>SEPIK</u> (G;L)<br><u>PESTO</u> (L,SE,N), <u>TOORJUUST</u> (L)<br><u>PIIM</u> , <u>KEEFIR</u> R 2.5% (L)<br><u>KUIVATATUD PUUVILJASEGU</u> (SU)<br><u>PÄHKLITESEGU</u> (P,N)<br>Apelsiniamps | <u>LEIB</u> (G), <u>SEPIK</u> (G;L)<br><u>TERAVILJA</u> kukkel (G;SE)<br><br><u>PESTO</u> (L,SE,N)<br><u>MUNAVÕI</u> (M,L)<br>Tomat-kurk leivale<br><br><u>PIIM</u> , <u>KEEFIR</u> R 2.5% (L)<br><u>KUIVATATUD PUUVILJASEGU</u> (SU)<br><u>PÄHKLITESEGU</u> (N)<br>Pirni- ja nuikapsaamps | <u>LEIB</u> (G)/ <u>SEPIK</u> (G;L)<br><u>TOORJUUST</u> (L)<br><br>Morss kontsentraadist<br><u>PIIM</u> , <u>KEEFIR</u> R 2.5% (L)<br><u>KUIVATATUD PUUVILJASEGU</u> (SU)<br><u>PÄHKLITESEGU</u> (P,N)<br>Mandariiniamps                                                                                                                                       | <u>PIIM</u> , <u>KEEFIR</u> R 2.5% (L)<br><u>KUIVATATUD PUUVILJASEGU</u> (SU)<br><u>PÄHKLITESEGU</u> (P,N)<br>Kiivi- ja porgandiamps                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>PIKAPÄEVASÖÖK</b><br>KELL 13.40                                           | Kana- <u>NUUDLI</u> supp (G)<br>Maitseroheline<br><u>VÕILEIB</u> (L,G) tomatiga                                                                                                                                                                                                                                                                             | <u>KARTULIPUREE</u> (L)<br>Hakk-pallid 60g (PT)<br><u>HAPUKOOREKASTE</u> sibulaga (G,L)<br>Porgandisalat <u>ÕLIKASTMEGA</u> (A)<br><u>LEIB</u> (G)                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>KUROPÜUVILJA PRIA</b><br><b>I-YI KLASS</b><br><b>ÕUNA AMPS</b>            | <b>KAPSA AMPS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>ÕUNA AMPS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |



Tähised menüüs:

VS - vähendatud suhkruga

PT - portsjonitood

Üldinfo menüü kohta

Teavet menüüs sisalduvate allergeenide kohta küsi köögipersonalilt

Menüü on koostatud lähtudes laste toiduenergia ja toitainete vajadusest, jälgides kehtivaid toitumissoovitusi

**Joogivesi, kuivatatud puuviljad, päHKlid on saadaval iga päev ja kogu päeva jooksul**

**PRIA** - toetusprogramm. Piima pakume iga nädal vastavalt PRIA koolipiima programmile. Puuvilja- marju- ja köögivilju pakume PRIA koolipuuvilja- ja köögiviljaprogrammi

alusel, arvestades hooajalisust ja kättesaadavust kuni 300 km raadiuses kooli asukohast

**Allergeenid ja nende tähised**

- |               |                                                             |
|---------------|-------------------------------------------------------------|
| 1 - <b>G</b>  | Teravili(nisu,rukis, oder,kaer) ja neist valmistatud tooted |
| 2 - <b>L</b>  | Piimatooted                                                 |
| 3 - <b>M</b>  | Muna ja munatooted                                          |
| 4 - <b>F</b>  | Kala ja kalatooted                                          |
| 5 - <b>K</b>  | Koorikloomad ja neist valmistatud tooted                    |
| 6 - <b>ML</b> | Molluskid ja neist valmistatud tooted                       |
| 7 - <b>P</b>  | Maapähklid ja neist valmistatud tooted                      |

- |                |
|----------------|
| 8 - <b>S</b>   |
| 9 - <b>N</b>   |
| 10 - <b>C</b>  |
| 11 - <b>A</b>  |
| 12 - <b>LU</b> |
| 13 - <b>SU</b> |
| 14 - <b>SE</b> |

- |                                            |
|--------------------------------------------|
| Sojaoad ja neist valmistatud tooted        |
| Pähklid (erinevad)                         |
| Seller ja neist valmistatud tooted         |
| Sinep ja neist valmistatud tooted          |
| Lupiin ja neist valmistatud tooted         |
| Vääveldioksiidid ja sulfiidid              |
| Seesamiseemned ja neist valmistatud tooted |

**RÕÕMSAID PÜHI, MAITSAID JÕULE JA  
TOREDAT VAHEAEGA !**