

	ESMASPÄEV 19.10.2026	TEISIPÄEV 20.10.2026	KOLMAPÄEV 21.10.2026	NELJAPÄEV 22.10.2026	REEDE 23.10.2026
HOMMIKUSÖÖK KELL 7.30	Hirsihelbepuder G,L Marjasegu Kaneeli-suhkrusegu Päevalilleseemned, kooritud Tee sidruniga, suhkruga (VS)	NISUHELBEPUDE (G,L) Marjasegu, külmutatud MAAPÄHKLIID (P) Kookoshelbed Värske münditee	NELJAVILJAHELBEPUDER (G,L) Chia seemned Marjasegu, külmutatud Toormoos (VS) PAHKLITESEGU (metaspähkel, mandel, indiapähkel) (N,P) KAKAO (VS); (L)	ODRAHELBEPUDE (G,L) SEESAMISEEMNED, kooritud (SE) Marjasegu, külmutatud MANDLILAASTUD (N) Soe mahlajook	SEITSMEVILJAPUDER (L,G) Marjasegu, külmutatud Kaneeli-suhkrusegu Moos Päevalilleseemned, kooritud Õunakooretee (VS)
KOOLILÕUNA I SÖÖGIVAHETUND KELL 10.35 I-V KLASS II SÖÖGIVAHETUND KELL 11.40 VI-XII KLASS PRIA I - IX KL.	PASTA BOLOGNESE KASTMES (G) Aurutatud aeduba Lehtsalati-kurgi-tomati salat Porgandi-pirnialat Boršialat, Paprikasalat Seened konserveeritud LEIB (G)/ SEPIK (G;L) PESTO (L,SE,N), TOORJUUST (L) PIIM, KEEFIR R 2.5% (L) KUIVATATUD PUUVILJASEGU (SU) PAHKLITESEGU (metaspähkel, mandel, indiapähkel) (N,P) Kiivi- ja kapsaamps	Peedisupp munaga ja ubadega (TAIMNE), Maitseroheline HAPUKOOR lisandiks R 20% (L) KARAMELLINE MANNAVAHT (G,L) PIIM magustoidule (L) LEIB (G)/ SEPIK (G;L) TERAVILJA kukkel (G;SE) PESTO (L,SE,N), MUNAVOI (M,L,A), SULATATUD JUUST (L) Tomat-kurk leivale PIIM, KEEFIR R 2.5% (L) KUIVATATUD PUUVILJASEGU (SU) PAHKLITESEGU (metaspähkel, mandel, indiapähkel) (N,P) Õuna- ja meloniamps	Kartul (keedetud)/ Riis Aurutatud köögiviljasegu *KALA FILEEPALA PANEERITUD (F,G) HAPUKOOREKASTE porgandiga (G,L) Rohesalat SEESAMISEEMNETEGA (SE); Kurgisalat Porgandi-pirnialat, Tomatisalat KODUJUUST (L) LEIB (G)/ SEPIK (G;L) PESTO (L,SE,N), SULATATUD JUUST (L), TALUVÕI (L) PIIM, KEEFIR R 2.5% (L) KUIVATATUD PUUVILJASEGU (SU) PÄHKLIID, segu (P,N) Pirni- ja virsikuamps	RASSOLNIK (G), Maitseroheline Varsseller PIIMAKISSELL (L) Toormoos (VS) LEIB (G)/ SEPIK (G;L) TERAVILJA kukkel (G;SE) PESTO (L,SE,N); MUNAVÕI (M,L,A) JUUSTUVÕIE (L,M,A) Tomat-kurk leivale PIIM, KEEFIR R 2.5% (L) KUIVATATUD PUUVILJASEGU (SU) PAHKLITESEGU (metaspähkel, mandel, indiapähkel) (N,P) Tomati- ja pirniamps KARTULI-KANALIHAVORM köögiviljadega (L) Porgandisalat ÕLIKASTMEGA (A) LEIB (G)/ SEPIK (G;L)	Kartul (keedetud), Tatar Aurutatud köögiviljasegu Seapraad (PT), SINEPINE kaste (L,G,A) Värskekapsasalat, Kurk konserveeritud Kurk värske tilli ja soolaga Peedi-küüslaugusalat, MAJONEESIGA (L,M,A) Tomati-paprika salat LEIB (G)/ SEPIK (G;L) VÕIDED erinevad (keskmine) PIIM, KEEFIR R 2.5% L (PRIA) KUIVATATUD PUUVILJASEGU (SU) PAHKLITESEGU (metaspähkel, mandel, indiapähkel) (N,P) Redise- ja arbuusiamps
PIKAPÄEVASÖÖK KELL 13.40	Kartuli-riisipupp köögiviljadega LEIB (G)/ SEPIK (G;L) TOORJUUST (L)	Tatar singi ja köögiviljadega Kurgi-tomatisalat; Porgandisalat LEIB (G)/ SEPIK (G;L) Segumahl	Sametine KÖRVITSAPÜREE SUPP (L) KRUTOONID (G) LEIB (G)/ SEPIK (G;L) *Maksapasteet	KARTULI-KANALIHAVORM köögiviljadega (L) Porgandisalat ÕLIKASTMEGA (A) LEIB (G)/ SEPIK (G;L)	MAKARONI köögiviljasupp lihata (G) LEIB (G)/ SEPIK (G;L) TALUVÕI (L) Tomat-kurk
EUROPUUVILI PRIA I-VI KLASS	ÕUNAAMPS	PORGANDIAMPS	NUIKAPSAAMPS	KAPSAAMPS	ÕUNAAMPS

Tähtsened menüü:

VS - vähendatud suhkruga

PT - portsjonitooded

Üldinfo menüü kohta

Teavet menüüs sisalduvate allergenide kohta küsi köögipersonaali

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

Joogivesi on saadaval kogu päeva jooksul

PRIA - toetusprogramm. Piima pakume iga nädal vastavalt PRIA koolipiima programmile. Puuvilja- marju- ja köögivilja pakume PRIA koolipuuvilja- ja köögiviljaprogrammi alusel, arvestades hooajalisust ja kättesaadavust kuni 300 km raadiuses kooli asukohast

Allergeenid ja nende tähtsused

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

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

- | |
|--|
| 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 |

*NB! MENÜÜS VÕIB ESINEDA MUUDATUSI !