

KOOLILÕUNA

08.02 - 12.02.2021

		Kogus g.	Energia kcal.
E	PANEERITUD MINTAFILEE JUUSTUGA	60	173
	KARTULIPÜREE VÕI SÖMER RIIS	180/150	199,8/251
	JOGURTI-HAPUKOOREKASTE	30	42,58
	HIINAKAPSA-KÖÖGIVILJASALAT	50	34,03
	KAALIKASALAT	25	10,25
	SMUUTI	150	74,6
	RUUKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5	
T	TOMATINE LIHAPALLISUPP	250	180
	KÜPSISEKOOK	150	351
	*PIRN	150	72,45
	RUUKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
	*KOOLIPIIM	200	106
K	CARBONARA	150	271,22
	KEEDETUD PASTA VÕI KEEDETUD KARTUL	150/150	216/115
	KAPSA-PORGANDI-ÕUNASALAT	50	19
	TOMATI-KURGISALAT	25	9
	MORSS	200	62
	RUUKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5	
N	PÄIKESELINE BROILERISUPP	250	146,41
	KOHUPIIMAKREEM MAHLAKISSELLIGA	150/150	207/129
	**KIIVI	80	53,76
	RUUKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5	
R	VÄRSKEKAPSA-HAKKLIHAHAUTIS	200	290
	AHJUKARTUL	75	114,5
	VÄRSKE KURGI SALAT	25	9,5
	PEEDI-ÕUNASALAT	25	20,75
	SÕBRAPÄEVAKOOK	50	130
	MORSS	200	62
	RUUKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5	

tähtsed menüüs:

(LV) - laktoosivaba

(GV) - gluteenivaba

* - Tasuta koolipuuvili,-köögivilji 1-5. klassini Euroopa Liidu koolipuuvilja programmist.

Alates 6.klassist tasub puuvilja eest Rae vald

** - Tervisliku puuvilja/köögivilja eest tasub Rae vald

NB: koolipiim/koolijogurt/keefir on õpilasele tasuta ja võib tarbida nii palju kui on soovi arvestusega 200ml toidu kõrvale

Koolipiim on arvestusega 200ml õpilase kohta iga päev

*KEEFIRIT JA KOOLIJOGURTIT PAKUTAKSE VARIERUVALT LISANDVÄÄRTUSENA KOOLILÕUNA MENÜÜS

Toidu allergeenide ja/või-talumatuse kohta võtta ühendust
söökla juhatajaga: tel. 622 4210 või sooklajuhataja@jyri.edu.ee

HEAD ISU !