

KOOLILÖUNA

01.03 - 05.03.2021

Kogus g. Energia kcal.

E

E-ÕPE !!

T

KODUNE SELJANKA HAPUKOOREGA	250/10	228,4
RUKKIJAHUVAHT PIIMAGA	150/150	204
*ÕUN	100	44,3
RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	200	106

K

PANEERITUD KALAFILEE	90	260
KARTULIPÜREE VÕI SÕMER RIIS	180/150	199,8/251
JOGURTI-HAPUKOOREKASTE	50	56,78
PORGANDISALAT	25	10,25
TOMATI-KURGISALAT	25	9
MORSS	200	62
RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5

N

PEEDISUPP	250	167
PANNKOOGID MARJADEGA	100	250
**MELON	100	17,1
RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
*KOOLIPIIM	50	26,5

R

KARTULI-HAKKLIHAVORM	250	382,5
KOOLILASTE SALAT	50	44,5
MARINEERITUD KURK	50	22,75
*ÕUN	150	66,45
MORSS	200	62
RUKKILEIB/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 KOOLIJOGURTI PAKUTakse VARIEERUVALT LISANDVÄÄRTUSENA KOOLILÖUNA MENÜÜS

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

HEAD ISU !