KOOLILÕUNA

	31.01 - 04.02.2022	Kogus g.	Energia kcal.
E	PANEERITUD KALAFILEE	60	173
	KARTULIPÜREE VÕI METSIK RIIS	180/150	199,8/337,8
	JOGURTIKASTE MAJONEESIGA	50	95,76
	HIINAKAPSASALAT	25	17
	PORGANDI-REDISE SALAT	25	9,5
	ÕUNAMAHL	150	70,5
	RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
	*KOOLIPIIM	50	26,5
	MAITSEVESI		
T	VÄRSKEKAPSASUPP HAPUKOOREGA	250/10	171,78
	MANNAVAHT PIIMAGA	150/150	253,5
	*PIRN	150	72,45
	RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/20/30	170,6
	*KOOLIPIIM	50	26,5
	MAITSEVESI		
K	KALKUNILIHA HIINAPÄRASELT	150	165,9
	KEEDETUD PASTATOOTED VÕI KEEDETUD KARTUL	150/150	216/115
	PORGANDI-ANANASSISALAT	25	17,75
	KIRJU VÄRSKEKAPSASALAT	50	27,91
	RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/30/30	170,6
	*KOOLIJOGURT	150	140,55
	*KOOLIPIIM	50	26,5
	MAITSEVESI		
N	PEEDISUPP	250	167
	PIIMAKISSELL KEEDISEGA	200/20	257,5
	**BANAAN	100	89,7
	RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/30/30	170,6
	*KOOLIPIIM	50	26,5
	MAITSEVESI		
R	PILAFF PAPRIKA, BROKKOLI JA KIKERHERNESTEGA	250	248,25
	SOE KÖÖGIVILI	100	47,53
	KODUJUUSTU-KÖÖGIVILJASALAT	25	15,5
	**MELON	100	14,1
	KAKAOJOOK	200	152
	RUKKILEIB/SEPIK/MUST LEIB	30/30/30	170,6
	*KOOLIPIIM	50	26,5
	MAITSEVESI		

Värvide selgitused menüüs

LIHAVABA LÕUNASÖÖK

MAGUSTOIT

TERAVILI

SEGATOIT

MAITSEVESI ON IGA PÄEV VALIKUS TOIDU KÕRVALE

* - T**asuta koolipuuvili,-köögivili 1-5. klassini** Euroopa Liidu koolipuuvilja programmist.

Alates 6.klassist tasub puuvilja eest Rae vald

** - Tervisliku puuvilja/köögivilja eest tasub Rae vald

NB: **koolipiim 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 VARIEERUVALT LISANDVÄÄRTUSENA KOOLILÕUNA MENÜÜS

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

HEAD ISU !