

Koolilõuna nädalamenüü 07.09.2026 - 11.09.2026

Grupp	
esmaspäev, 7.september	Koostisosad
Koorene kalkuni - kõogivilapada seentega	Kaikuniliha kuubik, toidukoor 20 %, rohelised herved, paprikasegu, petersell, küüslauk, šampinjon, magusad maisiterad
Aurutatud lilikapsas	Lilikapsas
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, riis sömer
Keedetud tatar	Tatar
Jaakapsas, aurutatud mais, redis, tomat	Kapsas jää, magusad maisiterad, valge redis, tomat
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Kummeli tee	Kummel
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Kõrvits	Kõrvits
Juurvilja - hernepada	Purustatud tomatid omas mahlas, suvikõrvits, tsukiini, rohelised herved, porgand, küüslauk, sibul
teisipäev, 8.september	
Kõogivilja-risissupp kanalihaga	Riis sömer, broileri kuubikud, brokoli, kartul, lilikapsas, till, porgand, küüslauk, sibul
Kohupiimakreem	Kohupiimapasta 3%, maitsestatamata jogurt 2,5%
Mariassupp	Mariasegu, tärkilis kartul
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Värske melon	Melon
Värske kurk	Kurk
Seene-oapüreesupp	Toidukoor 20 %, kartul, sibul, till, šampinjon, valge uba
Rõstitud sepiukuubikud	Kaerasepik
kolmapäev, 9.september	
Seapraad ürtidega	Sea kaelakarbonaad
Valge kaste maitseroheliseiga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till
Ahjukõrvitsakuubikud	Kõrvits
Kartulipuder	Pim 2,5%, või 82%, kartul
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Hinakapsas, aurutatud rohelised oad, por	Kapsas hina, uba roheline, porgand, nuikapsas
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Soe piparmündi - marjajook	Piparmünt, mustsõstar
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Valge redis	Redis valge
Kapsa - risikotlet	Risihelbed pudrule, riisai, muna, piim 2,5%, kapsas pea, till, valge uba
neljapäev, 10.september	
Seige kalasupp	Heigifilee, kartul, porrulaug, porgand, till, sibul, punase kala supikogu
Marja- rukkivaht	Jahu rukki, marjasegu, kontsentreeritud mahl õuna - kirsi suhkruta
Täispiim, R 3,8%-4,4%	Täispiim 3,8-4,4%
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Ingverite sidruniga	Kummel, sidrun, ingver
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Lõhemääre	Lõhe filee tükid, toorjuust, till, sidrun
Banaan	Banaan
Nuikapsas	Nuikapsas
Porgandi - kikerherne püreesupp	Toidukoor 20 %, õun, porgand, kikerherned
Rõstitud sepiukuubikud	Kaerasepik
reede, 11.september	
Pikkpoiss maitserohelise ja küüslauguga	Kaerasepik, veisehakkiha, muna, küüslauk, sibul
Koorekaste tilliga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, till
Keedetud odrakruup	Odrakruup
Ahjukartulid ürtidega	Kartulisektorid koorega
Keedetud päri kuskuss	Kuskuss pärl
Punane kapsas, salatillehed, värske paprika	Kapsas punane, salat Frillis lahtine, salat Lambs, rukola, kapsas jää, salat rooma, salat leht, kapsas varajane, spinat, salat Radisio Rosso, mangold (Lehtpeet), salat Lolo Rosso, paprika punane, kurk
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria pimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Ploom	Ploom
Porgand	Porgand
Peedi-kikerherne kotlet	Jahu nisu, kurk marineeritud terve, peet keedetud, küüslauk, sibul, kikerherned, punane uba

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või pimatooted nädalas ühe õpilase kohta.

Koolilõuna nädalamenüü 14.09.2026 - 18.09.2026

Grupp

esmaspäev, 14.september	
Küpsetatud karrine kanakintsuliha	Broileri kintsuliha
Koorekaste tilliga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, till
Küpsetatud kaalikapulgad	Kaalikas
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta	Pasta sarvekesed, täisterapasta
Värske kurk, keedetud peet, spinat, porgand	Kurk, peet, toores, koorega, spinat, porgand
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, sidrun, ingver
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Värske kapsas	Kapsas pea
Roheline ratatouille	
	Suvikõrvits, tsukiini, seller vars, küüslauk, sibul, paprika roheline, läätsed rohelised
teisipäev, 15.september	
Hakklihasupp	Veisehakkliha, kartul, porgand, till, sibul
Keefiri-maasikatarretis	Maasikas, keefir 2,5%, toiduzelatiin
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Soe kummeli - apelsini jook	Kummel, apelsin
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Ploom	Ploom
Porgand	Porgand
Minestroone supp (lihata)	Pasta spagetid, tomatipasta 28-30%, purustatud tomatid omas mahlas, kartul, porgand, seller vars, petersell, sibul, küüslauk, uba roheline, seller juur
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
kolmapäev, 16.september	
Kalkunipraad ürdimarinaadis	Kalkuni kintsuliha, sidrun
Karikaste	Jahu nisu, piim 2,5%
Rõstitud rooskapsas	Rooskapsas (brüsseli)
Keedetud kartulid	Kartul
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl
Värske kapsas, valge redis, kaalikas, aur	Kapsas pea, redis valge, kaalikas, brokoli
Kastmevalik salatitele	
Kodujuust R4-5%	Kodujuust 4%
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Tomat	Tomat
Läätsedikpõiss	Riis sömer, läätsed punased, jahu Kaera, tomatipasta 28-30%, küüslauk, sibul
neljapäev, 17.september	
Ukraina Borš sealihaga	Sealiha kuubikud, äädikas 9%, tomatipasta 28-30%, kapsas pea, kartul, porgand, peet keedetud, paprikasegu, petersell, küüslauk, sibul, sea supikogu
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
Puuviljasalat	Marjasegu, melon, õun, pirn Conferents
Vaniljekaste	Tärklis maisi, piim 2,5%
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevaliliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Kaalikas	Kaalikas
Kartuli-porrulaugu püreesupp ubadega	Toidukoor 20 %, kartul, porrulauk, uba roheline, sidrun
Rõstitud sepikukuubikud	Kaerasepik
reede, 18.september	
Ahjus küpsetatud punase kala filee	Forellifilee, lõhefilee nahaga, sidrun
Valge kaste maitserohelisega	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till
Rõstitud punane peet ürtidega	Peet keedetud
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, riis sömer
Keedetud tatar	Tatar
Hapukapsas, aurutatud brokoli, kaalikas	Hapukapsas, brokoli, kaalikas, rohelised herved
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Piparmündi tee	Piparmünt
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Arbuus	Arbuus
Nuikapsas	Nuikapsas
Maisi- oadotlet	Jahu maisi, muna, magusad maisiterad, punane uba

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Koolilõuna nädalamenüü 21.09.2026 - 25.09.2026

Grupp	
esmaspäev, 21.september	Koostisosad
Bolognesekast	Veisehakkliha, purustatud tomatid omas mahlas, tomatipasta 28-30%, porgand, küüslauk, sibul
Aurutatud brokoli	Brokoli
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta	Pasta sarvekeseid, täisterapasta
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Jaakapsas, aurutatud mais, spinat, tomat	Kapsas jää, maquasad maisiterad, spinat, tomat
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pärm	Pärm Conferents
Kõrvits	Kõrvits
Köögivilja -nuudiivokk	Sojakaste, kapsas pea, porgand, uba roheline, küüslauk, petersell, sibul, pasta spagetid
teisipäev, 22.september	
Kalkuni - köögiviljasupp	Kalkuniliha kuubik, kapsas pea, kartul, porgand, uba roheline, petersell, sibul
Riisipuding õuna ja kaneeliga	Riis pudru, piim 2,5%, vahukoor 35%, või 82%, õun
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevalliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, sidrun, ingver
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Värske melon	Melon
Värske kurk	Kurk
Karmine lillkapsapüreesupp kikerhernestest	Toidukoor 20 %, lillkapsas, sibul, kikerherned
Röstitud sepiukuubikud	Kaerasepik
kolmapäev, 23.september	
Ahjušaliha	Sea välisfilee, kamarata, jahutatud
Valge kaste maitserohelisega	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till
Keedetud odrakruup	Odrakruup
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, riis sömer
Keedetud tatar	Tatar
Hinnakapsas, aurutatud rohelised oad, porikastmevalik salatitele	Kapsas hiina, uba roheline, porgand, nuikapsas
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Kummel tee	Kummel
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Valge redis	Redis valge
Hirsi - porrandikottlet	Hirss, jahu nisu, läätsed punased, muna, maitsestatamata jogurt 2.5%, porgand, till, sibul
neljapäev, 24.september	
Kalasupp tomatiga	Meriahvenatfilee, kartul, porgand, porrulaug, tomat, till, sibul, punase kala supikogu
Sepiku - õunavorm	Riivsa, muna, piim 2,5%, õun, sepi
Täispiim, R 3.8%-4.4%	Täispiim 3.8-4.4%
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevalliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Soe piparmündi - marjajook	Piparmünt, mustsõstar
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Kalamääre	Heigifilee, hapukoor 20%, till
Banaan	Banaan
Nuikapsas	Nuikapsas
Kõrvitsa-läätsepüreesupp	Läätsed punased, toidukoor 20 %, till, kõrvits, porgand, sibul
Röstitud sepiukuubikud	Kaerasepik
reed, 25.september	
Kanahakklihast pikapoiss	Tarklis maisi, broileri hakkliha, muna, sepi, till, sibul
Koorekaste peterselliga	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell
Ahjukõrvitsakuubikud	Kõrvits
Kartulipuder	Piim 2,5%, või 82%, kartul
Keedetud päri kuskuss	Kuskuss päri
Punane kapsas, salatlehed, värske paprika kastmevalik salatitele	Kapsas punane, salat Frills lahtine, salat Lambs, rukola, kapsas jää, salat rooma, salat leht, kapsas varajane, spinat, salat Radisio Rosso, mangold (Lehtpeet), salat Lolo Rosso, paprika punane, kurk
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Ploom	Ploom
Porgand	Porgand
Oakottlet	Riivsa, sinep, porgand, küüslauk, sibul, punane uba

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või piimatooted nädalas ühe õpilase kohta.

Koolilõuna nädalamenüü 28.09.2026 - 02.10.2026

Grupp

esmaspäev, 28.september	Koostisosad
Kalkuni ahjupraad sinepiga	Kalkuni kintsuliha, sinep
Valge kaste maitserohelise	Jahu nisu, toidukoor 20 %, petersell, till
Röstitud juurseller	Seller juur
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta	Pasta sarvekesed, täisterapasta
Keedetud tatar	Tatar
Värske kurk, keedetud peet, spinat, porgand	Kurk, peet, toores, koorega, spinat, porgand
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Piparmündi tee	Piparmünt
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Värske kapsas	Kapsas pea
Värskekapsa-läätsehautis	Läätsed rohelised, kapsas pea, porrulauk, porgand, petersell
teisipäev, 29.september	
Kanasupp	Broileri kuubikud, kartul, porrulauk, porgand, till, sibul, broileri selg
Kõrvitsa - õunakreem riivleivaga	Riivleib, kohupiimapasta 3%, õun, ingver, kõrvits
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Ploom	Ploom
Porgand	Porgand
Herne-kartulisupp	Hernes, kartul, porgand, till, sibul
kolmapäev, 30.september	
Pikkpoiss veiselihast	Veisehakkliha, muna, südamesepik, sibul
Tomatikaste	Purustatud tomatid omas mahlas, porgand, küüslauk, sibul, sidrun
Aurutatud mais	Magusad maisiterad
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl
Keedetud kartulid	Kartul
Värske kapsas, valge redis, kaalikas, aur	Kapsas pea, redis valge, kaalikas, brokoli
Kastmevalik salatitele	
Kodujuust R4-5%	Kodujuust 4%
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, sidrun, ingver
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Tomat	Tomat
Lillkapsa - spinatikotlet	Jahu nisu, muna, lillkapsas, spinat, purustatud, sibul, uba roheline
neljapäev, 1.oktoober	
Kodune seljanka	Broileri kuubikud, sealiha kuubikud, tomatipasta 28-30%, oliivid mustad, kartul, hapukurk, sidrun, petersell, sibul, sea supikogu, porgand
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
Kama- kohupiimakreem marjadega	Marjasegu, kama jahu, kohupiimapasta 3%, maitsestatamata jogurt 2.5%
Seemne-pähklisegu	Maapähkel, kõrvitsaseemned, linaseemned, päevalilliseemned, seesamiseemned valged
Vesi	
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Kaalikas	Kaalikas
Läätsesupp sulajuustuga	Apelsin, läätsed punased, juust sulatatud, porgand, küüslauk, petersell, sibul, seller juur
reede, 2.oktoober	
Ahjus küpsetatud punase kala filee	Forellifilee, lõhefilee nahaga, sidrun
Piimakaste	Jahu nisu, piim 2.5%
Röstitud punane peet ürtidega	Peet keedetud
Keedetud täistera riis/keedetud riis	Riis täistera, riis sömer
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Hapukapsas, aurutatud brokoli, kaalikas, a	Hapukapsas, brokoli, kaalikas, rohelised herved
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	
Maitsevesi	
Soe kummeli - apelsini jook	Kummel, apelsin
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Arbuus	Arbuus
Nuikapsas	Nuikapsas
Kartuli - kodujuustukotlet	Riivsai, seesamiseemned valged, kodujuust 5%, muna, till, kartul, kikerhersed

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või piimatootet nädalas ühe õpilase kohta.