KOOLILÕUNAA							
Esmaspäev 23.11.2026	**Eeldatav ports g**	**Etteantud g**	**Energia Kcal**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid ja muu märkus**
Tšahohbili hautis, kanaliha ja tomatikastmega (sibul;porgand;koriander)	120	100	119	6,7	2,04	12,2	paprika
Aurutatud riis	100	100	93,8	2,57	14,8	2,38	
Hernetamp (hernes;koor;kartul;sibul)	60	100	36,7	0,1	6,41	1,13	1;2
Kapsas; mais	30	100					
Leivavalik	55	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Mahejogurtikaste	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Peedihummus	10	100	161	8,83	10,7	5,48	
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Soe koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	Taimne koor
Veganvorstid (läätsed,toortatratang.sibul, küüslauk,oad,pune)	110	100	259	8,9	6,9	36	majoraan
Teisipäev 24.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Energia Kcal**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid ja muu märkus**
Koorene lõhepasta	170	100	102	4,58	8,81	5,53	1;2;kala
Aurutatud riis	100	100	93,8	2,57	14,8	2,38	
Kalesalat punase läätse, rosina, granaatõuna ja balsamicoga	30	100	65,6	0,8	12,2	1,45	
Peet; valge redis	30	100					
Mahejogurtikaste	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Leivavalik	55	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Rõstparikahummus (valgeuba, röstitud paprika, tomatipasta, maitseained)	10	100	163	10,3	11,7	4	
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Kõrvitsapada võiubadega (sibul:purustatud tomat;küüslauk)	150	100	113	5,25	10,3	4,57	Kookospiim
Kolmapäev 25.11.2026 KADRIPÄEV	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Energia Kcal**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid ja muu märkus**
Hartšoo supp lambalihaga (riis;sibul;tomatipasta)	200	100	74,9	2,37	3,71	15,44	lammas
Kuskuss köögiviljadega (porgand;suvikõrvits;paprika)	100	100	128	0,69	25,9	3,94	1
Karamellikissell mustikamoosiga	100	100	83,2	0,15	19,5	0,6	suhkur;2
Maroko salat röstitud baklazaani ja kikerhernestega (sibu;koriander)	60	100	48,4	0,81	6,16	2,94	oliiviõli;suhkrusiirup
Kaalikas;mais	30	100					
Mahejogurtikaste #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Kikerhernehummus	5	100					
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2

Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Kõrvitsakreemsupp röstitud kikerhernestega	200	100	81,6	2,69	9,7	3,75	Kookospiim
Neljapäev 26.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Energia Kcal**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid ja muu märkus**
Koorene hakklihakaste eestimaisest sealihast	120	100	191	15,6	3,45	9,14	2
Kartulipuder	120	100	93,8	2,57	14,8	2,38	2
Grillitud mesine beebiporgand küülaugu ja ingveriga	30	100	198	0,35	47	0,94	mesi
Porgandi-kapsasalat majoneesiga	30	100	61,7	4	3,36	1,81	LV;GV
peet;marineeritud kõrvits	30	100					
Mahe jogurtikaste	10	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Maitsevõi	10	100	725	79	1,1	1	2
Massaman karri baklazaani ja brokoliga	150	100	113	5,25	10,3	4,57	Kookospiim
Reede 27.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Energia Kcal**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid ja muu märkus**
BBQ rebitud veiseliha	120	100	254	14,6	8,42	22	suhkur
Küüslaugune ahjukartul juustu ja koorega	120	100	209	13	13	9,72	2
Tatar	120	100	80,6	0,5	15,1	2,98	
Hiinakapsas maisi ja maheda maitseõliga	65	100	29,5	2,06	1,43	0,97	
Valge redis; peet	40	100					
Mahejogurtikaste	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Alma piim 2,5% (Pria 1 - 9 klass) #	50	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Alma piim 2,5%	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	20	100	57	1,3	8,3	1,1	
Hooajaline puuvili (Pria 1 - 6 klass) #	40	100	57	1,3	8,3	1,1	
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	24,2	
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Hummus praesibula ja köömnetega (kikerhernes,sibul,köömned,vürtsköömen	15	100	283	20,1	17,5	6,8	
Soe sidruni - koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	Taimne koor
Kinoa-kartulikotletid	90	100	98,5	1,3	16,1	4,7	3
PIKAPÄEVASÖÖK							
Esmaspäev 23.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Kcal g**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid**
Kana-riisisupp	200	100	71,6	2,39	8,07	4,18	
Pannkook	75	100	206	3,16	37	6,18	1;2;3
Maasikatoormoos	30	100	366	0,6	6,3	0	lisatud suhkur
Leivavalik	40	100	20,5	20,5	29,7	11,7	1;2;11
Teisipäev 24.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Kcal g**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid**
Ahjuomlett singi ja juustuga	150	100	167	13,1	2,87	9,35	2
Ketsup lisatud suhkruta	30	100	47,8	0	9,8	1,6	

Riivitud porgand ananassiga	50	100	46,2	0,24	9,22	0,63	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Kolmapäev 25.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Kcal g**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid**
Sealihaguljašš	120	100	121	3,81	5,34	16	2
Riis	120	100	130	0,238	27,4	2,82	
Tomat	60	100	29,8	0,2	4,4	1,1	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Neljapäev 26.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Kcal g**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid**
Kanakotletid	200	100	211	13,4	11,5	10,9	1;2;3
Kartulipuder	120	100	93,8	2,57	14,8	2,38	2
Soe koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	
Riivitud peet	30	100	40,8	0,2	6,9	1,6	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Reede 27.11.2026	**Eeldatav ports**	**Etteantud g**	**Kcal g**	**Rasvad g**	**Süsivesik g**	**Valgud g**	**Allergeenid**
Hernesupp suitsutatud lihaga	250	100	119	5,04	9,05	7,72	1
Jäätisekokteil ploomimahlaga	40	100	201	7,76	24,9	7,37	1;2;3
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	11,7	1;2;11

Menüüs märgitud allergeenid	1	gluteen
	2	laktoos
	3	muna
	4	Kala
	10	Sinep
	11	Seesamiseemned

Menüüs märgistatud osaliselt või täielikult mahe toote kasutus #