

Menüü 01.10-05.10.2018



ESMASPÄEV

Homмикusöök: Täistera-kaerahelbepuder võiga, marjatee

*Terviseamps: Kaalikas

Lõunasöök: Punapeedi-frikadellisupp, rukkileib, banaan

Oode: Porgandiga pannkoogid moosiga, piim

TEISIPÄEV

Homмикusöök: Rukkihelbepuder marjapüreega, piim

*Terviseamps: Pirn, päevalilleseemned

Lõunasöök: Hautatud juurvili hakklhaga, leib, ananassimahl

Oode: Riisi-kohupiimavorm marjakastmega, kirsstomatid

KOLMAPÄEV

Homмикusöök: Seitsmeviljapuder moosiga, maitsevesi pohladega

*Terviseamps: Õun

Lõunasöök: Boršisupp, seemneleib, aprikoosivaht piimaga

Oode: Tatar singi, sibula ja porgandiga, külm kaste, kurgisalat, hapupiim

NELJAPÄEV

Homмикusöök: Täistera-neljaviiljapuder mustade sõstardega, taimetee

*Terviseamps: Porgand

Lõunasöök: Kala-kartuli vormiroog, tomati-kurgisalat tilliga, leib

Oode: Piima-hirsisupp, leib maksapasteedi ja hapukurgiga

REEDE

Homмикusöök: Odrahelbepuder linaseemnete ja moosiga, piim

*Terviseamps: Paprika

Lõunasöök: Rassolnik, rukkileib, Riisilumi maasika toormoosiga

Oode: Hakklhapitsa, soe mahlajook, õun



ELI
koolipiima
programm

Menüü 08.10-12.10.2018



ESMASPÄEV

Hommikusöök: Maisimannapuder moosiga, piim

*Terviseamps: Porgand

Lõunasöök: Koorene lõhesupp, rukkileib, puuvilja-marjakissell vahukoorega

Oode: Punane kartulisalat, leib, banaan

TEISIPÄEV

Hommikusöök: Täistera-kaerahelbepuder moosiga, piim

*Terviseamps: Pirn

Lõunasöök: Spagetid Bolognese kastmega, kaalika-ananassi-porgandisalat, leib

Oode: Kartuli-suvikõrvitsapüree võiga, tomati-tillisalat, keefir

KOLMAPÄEV

Hommikusöök: Riisipuder moosiga, piim

*Terviseamps: Õun, rosina-pähklisegu

Lõunasöök: Külasupp, täisteraleib, maasika-banaanismuuti (jogurtiga)

Oode: Omlett porrulaugu ja juustuga, sepik võiga, värske kurk, soe mahlajook

NELJAPÄEV

Hommikusöök: Täistera-neljaviiljapuder võiga, marjatee meega

*Terviseamps: Nektariin

Lõunasöök: Hakklihakaste läätsedega, ahjutatar, hiinakapsa-kurgisalat, seemneleib

Oode: Kohupiimavaht kamapallide ja maasika toormoosiga, porgand

REEDE

Hommikusöök: Hirsipuder aprikoosipüreega, piim

*Terviseamps: Õun

Lõunasöök: Minestrone supp, rukkileib

Oode: Kõrvitsa-kohupiima plaadikook, mahl, nuikapsas



ELI
koolipiima
programm