

# MENÜÜ

11.10.- 15.10.2021

## Esmaspäev

**HP:** Riisipuder, moos, marjad, piim\*, taimetee, maitsevesi.

**L:** Köögiviljapada loomalihaga (gv, lv), konserveeritud kurk, oasalat, rukkileib, keefir\*, maitsevesi. Õun, paprika (kp).

**TAIMNE:** Köögiviljapada lillkapsaga.

## Teisipäev

**HP:** Odrannapuder, moos, marjad, piim\*, taimetee, maitsevesi.

**L:** Selge lõhesupp ilmestatud suitsulõhuga (gv, lv), ürdivõi, rukkileib.

Õuna/rabarberikook (tatrajahu, täistera nisujahu, pärm), taimetee, maitsevesi.

**TAIMNE:** Köögiviljasupp muna ja ürtidega.

## Kolmapäev

**HP:** Hirsipuder, moos, marjad, piim\*, taimetee, maitsevesi.

**L/TAIMNE:** Sõmer riis (bali, gv) maisi ja hernega, suvikõrvitsakotlet seesamiseemnega, ürdi- koorekaste, porgandisalat, rukkileib, keefir\*, maitsevesi. Pirn (kp).

## Neljapäev

**HP:** Rukkihelbepuder, moos, marjad, piim\*, taimetee, maitsevesi.

**L:** Aurutatud kartul ürdiga, mulgikapsad kruubi ja lihaga (lv), rukkileib, keedu peet küüslaugu ja majoneesiga, rohelinesibul, keefir\*, maitsevesi. Porgand (kp).

**TAIMNE:** Magus- hapukapsas.

## Reede

**HP:** Kaerahelbepuder, moos, marjad, piim\*, taimetee, maitsevesi.

**L:** Guljašš supp (gv, lv, loomaliha, kanaliha, köögiviljad, paprika, riis), ilmestatud hapukoorega, rukkileib, maitsevesi.

Hõõrutud marjapüree valgevahuga.

**TAIMNE:** Tomatine köögiviljasupp paprika ja röstitud lillkapsaga.

Pärnu Waldorfskool Waldorflasteaed Pauline



Herbert Hahn Selts

Piim\* – koolipiima tähis (Pria)

(kp) – koolipuuvilja tähis (Pria)

Gv – gluteenivaba

Lv – laktoosivaba

35% toiduvajadusest saab õpilane koolilõunast

Menüü koostab Kaidi

Toidu valmistavad teile Kaidi ja Anneli

Head isu!