

# MENÜÜ

03.10. - 07.10.2022

## Esmaspäev

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

**L:** Aurutatud kartul tilliga, tomatine hakklihakaste (gv, lv), marineeritud punane sibul hapukurgiga, rukkileib, keefir\*, maitsevesi. Llillkapsas (kp), õun (kp).

**TAIMNE:** Tomatine porgandikaste.

## Teisipäev

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

**L:** Rassolnik suitsulihaga (lv) ilmestatud hapukoorega, rukkileib.

Rabarberi muffinid šokolaadi kattega, taimetee, maitsevesi.

**TAIMNE:** Värskekapsasupp läätsega.

## Kolmapäev

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

**L/TAIMNE:** Lasanje suvikõrvitsaga, köögivilja ja bešamellkastmega, värskekapsasalat tilliga, rukkileib, keefir\*, maitsevesi. Pirn (kp).

## Neljapäev

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

**L:** Sõmer toortatar (gv), loomaliha- sulajuustukaste köögiviljadega, hapukapsas punase sibulaga, rukkileib, keefir\*, maitsevesi. Paprika (kp).

**TAIMNE:** Köögiviljane sulajuustukaste.

## Reede

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

**L/TAIMNE:** Kõrvitsa püreesupp röstitud lillkapsaga (gv, lv), ürdivõi, seemned, krutoon, rukkileib, maitsevesi.

Maitsestatamata jogurt, maasikas, banaan, seemned.

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!