|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Läänemere Gümnaasium koolilõuna 09.09-13.09.2024** | Sisaldab G-gluteeni L-laktoosi  | A black background with red and yellow text  Description automatically generated

|  |
| --- |
|  |

 |  |  |
| **Esmaspäev** |  | **Kogus, g I aste** | **Kogus, g II aste** | **Kogus, g III aste** | **Kogus, g GYM aste** |
| Lõunasöök | Asuu sealihaga( L)  | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|   | Kanapada tomati ja basiilikuga | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
| Piima-muna-taimetoit | Koorene oapada paprika ja porgandiga (G, L) | 140,00 | 150,00 | 160,00 | 170,00 |
|   | Pasta (G) | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|  | Tatar, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|   | Peedi-mädarõikasalat | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Jääsalat maisiga | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Kõrvits, hernes, kaalikas | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Salatikaste | 5,00 | 5,00 | 5,00 | 5,00 |
|   | Seemnesegu | 15,00 | 15,00 | 15,00 | 15,00 |
|   | PRIA Piimatooted (mahe piim, keefir) (L) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | Tee |   |   |   |   |
|   | Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Õun (PRIA) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | **Kokku:** | **630,00** | **640,00** | **650,00** | **670,00** |
| **Teisipäev** |  | **Kogus, g I aste** | **Kogus, g II aste** | **Kogus, g III aste** | **Kogus, g GYM aste** |
| Lõunasöök | Koorene kanasupp (L) | 125,00 | 130,00 | 140,00 | 150,00 |
|   | Selge kalasupp | 125,00 | 130,00 | 140,00 | 150,00 |
| Vegetaarnetoit | Köögiviljasupp riisiga | 250,00 | 260,00 | 280,00 | 300,00 |
|   | Puuviljatarretis vanillikastmega (L) | 160,00 | 160,00 | 160,00 | 160,00 |
|   | PRIA Piimatooted (mahe piim, keefir) (L) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Kapsas, valge/punane (PRIA) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | **Kokku:** | **670,00** | **680,00** | **700,00** | **720,00** |
| **Kolmapäev** |  | **Kogus, g I aste** | **Kogus, g II aste** | **Kogus, g III aste** | **Kogus, g GYM aste** |
| Lõunasöök | Küpsetatud sealiha PT | **50,00** | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Kalapikkpoiss (G) PT | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
| Vegetaarnetoit | Juurviljapihv (G, L) PT | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Kartul, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|   | Riis, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|  | Soe valge kaste (G, L) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Porgandisalat mangoga | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Kaalika-redise salat | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Valge redis, punane kapsas, mais | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Salatikaste | 5,00 | 5,00 | 5,00 | 5,00 |
|   | Seemnesegu | 10,00 | 10,00 | 10,00 | 10,00 |
|  | PRIA Piimatooted (mahe piim, keefir) (L) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | Mahlajook | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Pirn (PRIA) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | **Kokku:** | **620,00** | **640,00** | **660,00** | **680,00** |
| **Neljapäev** |  | **Kogus, g I aste** | **Kogus, g II aste** | **Kogus, g III aste** | **Kogus, g GYM aste** |
| Lõunasöök | Ahjus küpsetatud kana poolkoib (L) PT | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Ahjus küpsetatud sealiha (L) PT | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
| Vegetaarnetoit | Kikerherne-porgandi kotletid (G) PT | 140,00 | 150,00 | 160,00 | 170,00 |
|   | Kartuli-porgandipüree (L) | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|  | Riis, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|  | Ürdikaste | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Hiina kapsa-tomati salat | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Kurgisalat tilliga | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Peet, aeduba, valge redis | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Salatikaste | 5,00 | 500 | 5,00 | 5,00 |
|  | Seemnesegu | 10,00 | 10,00 | 10,00 | 10,00 |
|  | PRIA Piimatooted (mahe piim, keefir) (L) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | Mahlajook | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Õun (PRIA)  | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | **Kokku:** | **700,00** | **710,00** | **730,00** | **750,00** |
| **Reede** |  | **Kogus, g I aste** | **Kogus, g II aste** | **Kogus, g III aste** | **Kogus, g GYM aste** |
| Lõunasöök | Kana-suvikõrvitsa pasta (G) | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|   | Riisi-köögiviljaroog hakklihaga | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
| Vegetaarnetoit | Riisiroog muna ja köögiviljadega | 140,00 | 150,00 | 160,00 | 170,00 |
|  | Tatar, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|   | Brokoli ja lillkapsas, aurutatud | 70,00 | 75,00 | 80,00 | 90,00 |
|  | Koorekaste tilliga (G, L) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Hiina kapsa - tomatisalat | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Tomati-kurgisalat hapukoorega (L) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Porgand, kikerhernes, pastinaak | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|  | Salatikaste | 5,00 | 5,00 | 5,00 | 5,00 |
|  | Seemnesegu | 10,00 | 10,00 | 10,00 | 10,00 |
|   | PRIA Piimatooted (mahe piim, keefir) (L) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|  | Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G) | 50,00 | 50,00 | 50,00 | 50,00 |
|   | Pirn (PRIA) | 100,00 | 100,00 | 100,00 | 100,00 |
|   | **Kokku:** | **710,00** | **720,00** | **730,00** | **750,00** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |