

Koolimenüü 12.–23. oktoober 2026

Toitlustaja: OÜ Mann Grupp. Menüü on koostatud eraldi I ning II–III kooliastmele. Kogused tähistavad ühe portsjoni netokogust.

12.–16. oktoober 2026

Päev	I kooliaste	II–III kooliaste
Esmaspäev 12.10.2026	- Azuu liha ja kartuliga (150 g) - Marineeritud kapsasalat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Azuu liha ja kartuliga (200 g) - Marineeritud kapsasalat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 542 kcal	Energia: 659 kcal
Teisipäev 13.10.2026	- Hakk-bifsteek (60 g) - Keedetud tatrapuder (120 g) - Peedisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Hakk-bifsteek (60 g) - Keedetud tatrapuder (150 g) - Peedisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 774 kcal	Energia: 872 kcal
Kolmapäev 14.10.2026	- Kuldne kalasupp (180 g) [K] - Hapukoor 20% (10 g) [L] - Saja-kohupiima-õunavorm (50 g) [L M G] - Puuviljamoos (20 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Kuldne kalasupp (250 g) [K] - Hapukoor 20% (10 g) [L] - Saja-kohupiima-õunavorm (50 g) [L M G] - Puuviljamoos (20 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 690 kcal	Energia: 818 kcal
Neljapäev 15.10.2026	- Risotto sealihaga (150 g) - Sügisesealat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipuuvili() (80 g)	- Risotto sealihaga (200 g) - Sügisesealat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g)

Päev	I kooliaste	II–III kooliaste
	Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 611 kcal	Energia: 710 kcal
	- Keedetud viinerid (50 g) [L] - Keedetud pasta (durum nisujahust) (150 g) [G] - Porgandisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G]	- Keedetud viinerid (75 g) [L] - Keedetud pasta (durum nisujahust) (150 g) [G] - Porgandisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G]
Reede 16.10.2026	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 837 kcal	Energia: 972 kcal

19.–23. oktoober 2026

Päev	I kooliaste	II–III kooliaste
	- Sealiha strooganov (75 g) [L G] - Keedetud sõmer riis (120 g) - Peedisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G]	- Sealiha strooganov (100 g) [L G] - Keedetud sõmer riis (150 g) - Peedisalat õlikastmega (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G]
Esmaspäev 19.10.2026	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 710 kcal	Energia: 867 kcal
	- Hapukapsasupp (180 g) - Hapukoor 20% (10 g) [L] - Kohupiima-vahukoore kamaga dessert (50 g) [L] - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G]	- Hapukapsasupp (250 g) - Hapukoor 20% (10 g) [L] - Kohupiima-vahukoore kamaga dessert (50 g) [L] - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G]
Teisipäev 20.10.2026	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 627 kcal	Energia: 744 kcal
Kolmapäev 21.10.2026	- Pasta singi ja juustuga (200 g) [G L] - Hapukapsasalat jõhvikaga õlikas (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g)	- Pasta singi ja juustuga (250 g) [G L] - Hapukapsasalat jõhvikaga õlikas (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g)

Päev	I kooliaste	II–III kooliaste
	- Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 744 kcal	Energia: 894 kcal
Neljapäev 22.10.2026	- Kala sinepikastmega (75 g) [K L G SP] - Kartulipüree (150 g) [L] - Marineeritud kurgi-sibulasalat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipuuvili() (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Kala sinepikastmega (100 g) [K L G SP] - Kartulipüree (150 g) [L] - Marineeritud kurgi-sibulasalat (50 g) - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 694 kcal	Energia: 758 kcal
Reede 23.10.2026	- Hirsipuder (200 g) [L] - Võileib maksapasteediga (50 g) [G L] - Täisterarukkijahust leib (30 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]	- Hirsipuder (250 g) [L] - Võileib maksapasteediga (50 g) [G L] - Täisterarukkijahust leib (60 g) [G] - Kirde sai/sepik (30 g) [G] - Tee suhkruta (200 ml) - Suhkur (10 g) - Puuvili (80 g) - Koolipiim 2,5% (200 ml) [L]
	Energia: 690 kcal	Energia: 803 kcal

Allergeenide tähised: G – gluteenid; K – kala; L – laktoos; P – pähklid; M – muna; S – seemned; SP – sinep; SE – seller.

Tähtis: Teavet allergiat või talumatust põhjustavate ainete või toodete kohta küsige teenindajalt.

Menüü koostaja: toidutehnoloog Viktoria Morozova. Allikas: OÜ Mann Grupp, 42.–43. nädala Menüü.