

Jõhvi Põhikool - Nädala menüü

	Kolmapäev 02.09.2026	Neljapäev 03.09.2026	Reede 04.09.2026
Hommikusöök	Kaerahelbepuder. 200g (1, 2) Külm. mangokuubikud 50g Kookoshelbed. 5g Mandlilaastud. 5g (9)	Neljaviiljahelbepuder. 200g (1, 2) Külm. mustikad. 50g Kaneel 5g	Nisuhelbepuder. 200g (1, 2) Külm. vaarikad. 50g Kookoshelbed. 5g Mandlilaastud. 5g (9)
Lõunasöök	Keedetud kartul. 150g Guljass sealihaga. 100g (2, 1) Kidney oad. 25g Tomat. 25g Paprika. 25g Mais. 25g Värske kurk. 25g Porgand. 25g Kreeka pähklid. 20g (9) Õun. 70g Sepik. 10g (1) Leib. 10g (1) Piim 2.5%/Keefir (PRIA) 150g (2)	Keedetud makaronid. 150g (1) Bolognese hakklihakaste. 100g (1) Riivjuust. 20g (2) Herned 25g Hiinakapsas 25g Tomat. 25g Avokaadoviilud 25g Mais. 25g Peediviilud 25g Pirn. 70g Sepik. 10g (1) Leib. 10g (1) Piim 2.5%/Keefir (PRIA) 150g (2)	Frikadellisupp. 250g Hapukoor/laktoosivaba hapukoor 20g (2) Kamakreem. 150g (2, 1) Lillkapsas värske. 25g Värske kurk. 25g Porgand. 25g Nuikapsas. 25g Banaan. 70g Apelsin. 70g Sepik. 10g (1) Leib. 10g (1) Piim 2.5%/Keefir (PRIA) 150g (2)
Pikapäevasöök	Pannkook hakklihaga. 70g (1, 2, 3) Hapukoor/laktoosivaba hapukoor 20g (2) Värske kurk. 20g Porgand. 20g Sepik. 10g (1) Leib. 10g (1)	Riis keedetud. 150g Soe valge kaste. 50g (2, 1) Broileri poolkoib 100g Hiinakapsas 20g Tomat. 20g Sepik. 10g (1) Leib. 10g (1)	Pelmeenisupp 250g (1, 3) Nuikapsas. 20g Kreeka pähklid. 20g (9) Leib. 10g (1) Sepik. 10g (1)

Jõhvi Põhikooli söökla jätab endale õiguse muudatusi teha menüüs vastavalt vajadusele.
Igal toidukorral on õpilasel võimalus puhtale joogiveele.

Allergeenid

1	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	14
Teravili (nisu, rukis, oder, kaer) ja neist valmistatud tooted	Vääveldioksiidid ja sulfitid	Lupiin ja neist valmistatud tooted	Sinep ja neist valmistatud tooted	Seller ja neist valmistatud tooted	Pähklid (erinevad)	Sojaoad ja neist valmistatud tooted	Maapähklid ja neist valmistatud tooted	Molluskid ja neist valmistatud tooted	Koorikloomad ja neist valmistatud tooted	Kala ja kalatooted	Muna ja munatooted	Piima tooted	Seesamiseemned ja neist valmistatud tooted