

# FEBRUAR



Kumino uporabljamo v kulinariki ter pri izdelavi nekaterih kozmetičnih produktov in v zdravilne namene. Uporabno vrednost imajo listi, korenine, posušena semena in iz njih pridobljeno eterično olje. V kulinariki jo dodajamo k zelju, ohrovту, svinjini, k nekaterim mesnim klobasam, kruhkom in slanemu pecivu. Kot začimba naj bi se še posebej dobro obnesla v kombinaciji s težje prebavljivo in mastno hrano. Poleg tega iz nje izdelujejo tudi zeliščni liker.

	zajtrk	dop. malica	kosilo	pop. malica
Pon. 12.2.	marelična marmelada, maslo, polbeli kruh, kakav* (1,7)	jabolko*	goveja juha, dušena junetina, kruhov cmok, rdeč radič (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Tor. 13.2.	krof, bela kava iz bio mleka (1,7)	mandarina	cvetačina juha, piščančji zrezek v sezamovi srajčki, bio pire krompir, zelena solata (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Sre. 14.2.	ribji namaz, ovseni kruh, šipkov čaj (1,4,7)	kivi	enolončnica z rdečo lečo, kruh, domač jabolčni* zavitek s skuto* (1,3,7,9)	bio kefir (7)
Čet. 15.2.	obložen kruh s kuhanim pršutom, sirom, kislá kumarica, planinski čaj (1,7)	hruška	juha iz hokaido buče, podmetena kislá repa, svinjska pečenka, pražen bio krompir (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Pet. 16.2.	bio koruzni bio mlečni močnik s posipom (7)	banana	porova juha, lazanja, radič štrucar (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)

**LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost in jih obrok lahko vsebuje:** 1. Žita, ki vsebujejo gluten, 2. Raki in proizvodi iz rakov, 3. Jajca in proizvodi iz jajc, 4. Ribe in proizvodi iz rib, 5. Arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 6. Zrnje soje in proizvodi iz soje, 7. Mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 8. Oreški, 9. Listna zelena in proizvodi iz nje, 10. Gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11. Sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12. Žveplovi dioksidi ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub>), 13. Volčji bob in proizvodi iz njega, 14. Mehkužci in proizvodi iz njih.

\*živila so lokalnega porekla

Jedi solimo premišljeno in uporabljamo tradicionalno morskó sol iz Piranskih solin, ki se prideluje ročno po več kot 700 let starem izročilu. Tako pridelana, nerafinirana sol vsebuje številne, človekovem organizmu potrebne minerale, ki nastajajo v naravnem okolju.