

MAJ



Hren pride na naše jedilnike predvsem v velikonočnem času, a bi ga bilo zaradi njegovih številnih dobrih lastnosti dobro uživati pogosteje, a zmerno. Uporablja se njegova valjasta korenina, ki ima zaradi vsebnosti močnega eteričnega olja, oster in pekoč vonj. Vsebuje ogromno vitaminov in mineralov: vitamin C, vitamina B1 in B6, kalij, železo, kalcij, magnezij, fosfor, silicij in eterična olja.

	zajtrk	dop. malica	kosilo	pop. malica
Pon. 6.5.	sirova štručka, bela kava* (1,7)	jabolko*	goveja juha, svinjski zrezek v naravni omaki, češki cmok, rdeč radič (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Tor. 7.5.	čičerikin namaz s korenčkom, pirin kruh, sadni čaj (1,7)	suho sadje (12)	brokolijeva juha, kapski file v srajčki, bio pire krompir, sveže zelje v solati (1,3,4,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Sre. 8.5.	bio mlečna bio prosena kaša s posipom (7)	bio banana	ješprenjeva enolončnica, kruh, domači skutini* štruklji (1,3,7,9)	slani miks (1,11)
Čet. 9.5.	obložen bio planinski kruh s kuhanim pršutom, sirom in kumarico, šipkov čaj (1,7)	jagode*	porova juha, piščančji frikase, njoki, kristalka (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Pet. 10.5.	liptavski namaz, rženi mešani kruh, planinski čaj (1,7)	jabolko*	kolerabična juha, špageti z bolonjsko omako, 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 SO₂), 13. Volčji bob in proizvodi iz njega, 14. Mehkužci in proizvodi iz njih.

*živila so lokalnega porekla

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