

# JEDILNIK



Telekom Slovenije

13.5. - 17.5.2019



## PONEDELJEK

### MENI 1

PIŠČANČJI ZREZEK V SMETANOVI OMAKI (G, L)  
OCVRTKI (G, L, J)  
SEZONSKA SOLATA

### MENI 2

POHORSKI LONEC\* (G, Z, SO2)  
SLADICA (G, L, J)

### BREZMESNI

TORTELINI S PARADIŽNIKOM, OLIVAMI  
IN SIROM (G, L, J)  
SEZONSKA SOLATA

### ZDRAVJE + MI VSI

GOVEDINA PO SEČUANSKO (GS, G, S, SO2)  
KUS KUS (G)  
SEZONSKA SOLATA

## ČETRTEK

### MENI 1

DUŠENA GOVEDINA PO LOVSKO (G, Z, SO2)  
KODRASTI REZANCI (G, J)  
SEZONSKA SOLATA

### MENI 2

ŠPAGETI PO BOLONJSKO\* (G, J, L)  
SEZONSKA SOLATA

### BREZMESNI

POLNJENI BUČKI Z ZELENJAVO IN MEŠANIMI  
ŽITI (G, L, J), PARADIŽNIKOVA OMAKA (G)  
SEZONSKA SOLATA

### ZDRAVJE + MI VSI

GRATINIRAN PIŠČANČJI FILE Z MOZZARELO  
IN SVEŽO ŠPINAČO (L), DUŠENA PIRA (G)  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MENI 1

PEČEN SVINJSKI VRAT\*  
CIGANSKA OMAKA (G, Z), PRAŽEN KROMPIR  
SEZONSKA SOLATA

### MENI 2

POMLADNA RIŽOTA S PURANJIMI KOCKAMI,  
ŠPARGLJI IN BUČKAMI (G, L, Z)  
SEZONSKA SOLATA

### BREZMESNI

CVETAČNA KREMNA JUHA (G, L)  
CARSKI PRAŽENEC (G, J, L)  
BANANIN PRELIV (L)

### ZDRAVJE + MI VSI

FILE OSTRIZA V KORUŽNI SKORJICI (R1, G)  
AJDOVA KAŠA Z GRAHOM  
SEZONSKA SOLATA

## PETEK

### MENI 1

POSTRV PO TRŽASKO (R1)  
PETRŠILJEV KROMPIR  
SEZONSKA SOLATA

### MENI 2

VAMPI S POLENTO (G, L)  
SEZONSKA SOLATA

### BREZMESNI

OCVRTI SIR (G, L, J)  
TATARSKA OMAKA (J, L, GS)  
SEZONSKA SOLATA

### ZDRAVJE + MI VSI

PURANJA PEČENKA, MLINCI (G, J)  
DUŠENO RDEČE ZELJE Z ROZNAMI, CIMETOM IN JABOLKI  
SEZONSKA SOLATA

## SREDA

### MENI 1

OCVRTO PIŠČANČJE BEDRO (G, L, J)  
KROMPIRJEVA SOLATA (J, SO2)

### MENI 2

MEŠANO MESO NA ŽARU\*  
ĐUVEČ RIŽ  
SEZONSKA SOLATA

### BREZMESNI

GRŠKA MUSAKA S FETA SIROM (G, L, J)  
SEZONSKA SOLATA

### ZDRAVJE + MI VSI

TELEČJI RAGU S SVEŽO ZELENJAVO (Z)  
ŠPINAČNI REZANCI (G, J)  
SEZONSKA SOLATA

## Zlato pravilo prehranjevanja

### Fizična aktivnost

Koliko ste danes že prehodili?  
Priporočamo 10.000 korakov  
dnevno.

# Dober tek!

**ZDRAVJE + MI VSI** - varovalni meni. ALERGENI oznake ob jedeh, ki vsebujejo alergene\*. Menijske solate začinjene z vinskim kisom vsebujejo sulfite, kruh vsebuje gluten. **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.