

od 19.10. do 23.10. 2020

TELETINA

Telečje zarebrnice dobimo iz hrbta, zrezke pa iz stegna. Zelo okusne so tudi pečene telečje krače. Vrat, prsi in trebuh so bolj primerni za kuhanje, hrbet pa za pečenje. Teletino lahko ocenimo po barvi, bolj ko je meso svetlo, bolj kaže na to da je bila žival res hranjena samo z mlekom in je tudi bolj mehko. Ker teletina vsebuje malo maščob se hitro osuši.



TABELA ALERGENI

A kosmiči, gluten, žita • B raki • C ribe • D jajca • E soja • F mleko, laktoza • G oreščki • H arašidi • I zelena • J gorčično seme • K sezamovo seme • L mehkužci • M žveplov dioksid • N volčji bob

A LA CARTE

MENI ZA DOBRO POČUTJE sestavljen s svetovalko za prehrano (vsak dan druga jed)

- KROMPIRJEVI SVALJKI** v omaki iz muškatne buče, praženimi rozinami, piščančji trakci in bučna semena (a,d,f) 4,20 €
- PURANJA ROLADA** nadevana s špinačo in belim sirom, omaka iz suhega paradižnika, korenčkovi ocvrtki (a,d,f) 6,40 €
- GIROS KROŽNIK**, piščančje meso, solatna posteljica, taziki omaka, ocvrti krompirček (f) 6,20 €
- TELEČJI RAGU Z JURČKI**, široki rezanci (a,d,f) 6,80 €

STE VEDELI?

Vitamin C je vodotopen in nujno potreben za naše zdravje. Ljudje ga ne moremo proizvesti sami, zato je zadosten vnos s hrano ključen. Kot antioksidant ščiti pred prostimi radikali in reaktivnimi kisikovimi spojinami. Odgovoren je za gradnjo kolagena, adrenalina, dopamina in karnitina, med drugim pa je pomemben pa je tudi pri izkoristku železa iz prehrane. Viri: kivi, brokoli, ohrovt, paradižnik, paprika, citrusi...

..... Pripravila svetovalka za prehrano Darja Kavčič

Ker želimo dobro za vas in vaše zdravje, smo v jedilnike vključili vsak dan eno jed za vaše

DOBRO POČUTJE!

..... Rezervacije na tel.: +386 70 156 226 (Martin) • e: iskratel@srestavracije.si

WWW. *Slovely*. si