

# Jedilnik

HELPY

21.1. - 27.1.2023

## SOBOTA

### KLASIČNO KOSILO

MINJONSKA JUHA ( Gpš )  
SVINJSKI RAGU Z ZELENJAVO  
KUSKUS ( Gku )

SOLATA  
SIROV ZAVTEK ( Gpš, L, J, SO2 )

### NEDELJA

### KLASIČNO KOSILO

GOVEJA JUHA Z JUŠNO ZAKUHO ( Gpš, J )  
PIŠČANČJI ZREZEK PO

VRTNARSKO ( Gpš, L, SO2 )  
AJDOVI ŠTRUKLJI S SKUTO ( Gpš, L, J, SO2 )  
SOLATA, PUDING ( L )

### PONEDELJEK

### KLASIČNO KOSILO

GOBOVA JUHA S KROMPIRJEM ( Gpš, L )  
MESNI TORTELINI S PARADIŽNIKOVO  
OMAKO ( Gpš, L, J, SO2 ), SOLATA,  
PECIVO ( Gpš, L, J, O, V )

## TOREK

### KLASIČNO KOSILO

FIŽOLOVA KREMNA JUHA ( Gpš, J )  
SVINJSKA PEČENKA  
DUŠENO RDEČE SLADKO ZELJE ( Gpš, SO2 )  
MLINCI ( Gpš, J ), SOLATA  
SADJE

## SREDA

### KLASIČNO KOSILO

PARDIŽNIKOVA JUHA Z ZAKUHO ( Gpš, J )  
PEČENA PIŠČANČJA PRSA PO  
PTUJSKO, ( GS, Gpš, SO2 )  
RIZI BIZI, SOLATA  
GRŠKI JOGURT Z MEDOM ( L )

## ČETRTEK

### KLASIČNO KOSILO

BUČNA KREMNA JUHA ( Gpš, L )  
PREKMURSKI BOGRAČ ( Gpš, SO2 )  
BELA ŽEMLJA ( Gpš )  
PEHTRANOV ŽEPEK ( Gpš, L, J, O, V )

## PETEK

### KLASIČNO KOSILO

GOVEJA JUHA Z JUŠNO ZAKUHO ( Gpš, J )  
OCVRT OSLIČ PO DUNAJSKO ( Gpš, J, R1 )  
KROMPIR Z BLITVO ( SO2, L ), SOLATA  
SADJE

### VAROVALNO KOSILO

MINJONSKA JUHA ( Gpš )  
SVINJSKI RAGU Z ZELENJAVO  
KUSKUS ( Gku )  
SOLATA  
SIROV ZAVTEK ( Gpš, L, J, SO2 )

### VAROVALNO KOSILO

GOVEJA JUHA Z JUŠNO ZAKUHO ( Gpš, J )  
PIŠČANČJI ZREZEK PO  
VRTNARSKO ( Gpš, L, SO2 ), AJDOVI ŠTRUKLJI  
S SKUTO ( Gpš, J, L, SO2 )  
SOLATA, DIA PUDING ( L )

### VAROVALNO KOSILO

GOBOVA JUHA S KROMPIRJEM ( Gpš, L )  
PURANJI RAGU S POROM ( Gpš, SO2 )  
DUŠEN RIŽ  
SOLATA, DIA PECIVO ( Gpš, L, J, O, V )

### VAROVALNO KOSILO

OHROVTOVA JUHA ( Gpš, L )  
TELEČJI ZREZEK NA ŽARU  
NARAVNA OMAKA ( Gpš, SO2 )  
KUS KUS S PEČENO ZELENJAVO ( Gku )  
SOLATA, SADJE

### VAROVALNO KOSILO

KORUŽNA JUHA ( Gpš, L )  
KUHANA GOVEDINA IZ JUHE  
KREMNA ŠPINAČA ( Gpš, L ), PIRE  
KROMPIR ( L ), KUHANA SOLATA  
LAHKI NAVADNI JOGURT ( L )

### VAROVALNO KOSILO

BUČNA KREMNA JUHA ( Gpš, L )  
PEČENA PIŠČANČJA PRSA  
BREZ KOŽE, NARAVNA OMAKA ( Gpš, SO2 )  
POLENTA ( L ), KUHANA SOLATA  
PEHTRANOV ŽEPEK ( Gpš, L, J, O, V )

### VAROVALNO KOSILO

GOVEJA JUHA Z JUŠNO ZAKUHO ( Gpš, J )  
PURAN Z BUČKAMI ( Gpš, SO2 )  
KUHAN KROMPIR ( SO2, L )  
SOLATA, SADJE

### VEGI KOSILO

### VEGI KOSILO

### VEGI KOSILO

GOBOVA ENOLONČNICA  
S KROMPIRJEM ( Gpš, L ),  
AJDOVI ŽGANCI ( Gpš, L )  
GRŠKI NAVADNI JOGURT ( L )

### VEGI KOSILO

FIŽOLOVA KREMNA JUHA ( Gpš, J )  
ZELENJAVNE TORTILJIJE ( Gpš, SO2 )  
SOLATA

### VEGI KOSILO

PARDIŽNIKOVA JUHA Z ZAKUHO ( Gpš, J )  
MUSAKA S ŠPINAČO IN  
FETA SIROM ( L, J )  
SOLATA

### VEGI KOSILO

BUČNA KREMNA JUHA ( Gpš, L )  
RIŽEV NARASTEK S SKUTO  
IN BRUSNICAMI ( L, J, SO2 )  
SADNA OMAKA ( Gpš, SO2 )  
KOMPOT

### VEGI KOSILO

GOVEJA JUHA Z JUŠNO ZAKUHO ( Gpš, J )  
KROMPIRJEVI NJOKI PO  
NAPOLITANSKO ( Gpš, J, SO2 )  
SOLATA, SADJE

#### LEGENDA:

ALERGENI - oznake ob jedeh, ki vsebujejo alergene. Menijske solate začinjene s kisom vsebujejo SO2. Kruh vsebuje gluter  
V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Dober tek

# Alergeni



A

**ARAŠIDI** in  
PROIZVODI IZ NJIH

ARAŠIDOVO MASLO in OLJE,  
SLADICE, PIŠKOTI, TORTE  
(z dodatkom arašidov),  
KITAJSE JEDI (piščanec z arašidi,  
testenine, omake, juhe)



M

**MEHKUŽCI** in  
PROIZVODI IZ NJIH

ŠKOLIKE (klopavice, pokravače,  
ostrige), HOBOTNICE, LIGNJI,  
SIPE, POLŽI, JEDI IZ MORSKIH  
SADEŽEV (omake, enolončnice,  
rižote, testenine, solate, pizze)



SO2

**ŽVEPLOV DIOKSID** in **SULFITI**  
(v koncentraciji več kot  
100 mg/kg ali 10 mg/l)

SUHO SADIJE (rozine, suhe  
marelice, slive),  
MESNI IZDELKI,  
NEKATERO VINO, PIVO,  
VINSKI KIS



G

**ZITA**, ki vsebujejo **GLUTEN**  
(Gpš-PŠENICA, Gpi-PIRA,  
Gka-KAMUT, Gje-JEČMEN,  
Go-OVES, Gr-RŽ, Gku-KUS KUS)  
in PROIZVODI IZ NJIH

KRUH in JEDI IZ KRUHA,  
PEKOVSKO PECIVO, PIZZE,  
OMAKE, ENOLONČNICE (z  
moka), TESTENINE, NIOKI,  
PALAČINKE, PANIRANE JEDI,  
NEKATERI MESNI PROIZVODI  
(klobase, salame, paštete,  
čevapčiči, pleskavice)



O

**OREŠKI** in  
PROIZVODI IZ NJIH

Om-MANDLIJ, Oi-LEŠNIKI,  
Op-PISTACIJE, Oo-OREHI, Oi-  
INDUSKI OREŠČKI, Ob-  
BRAZILSKI OREŠČKI in  
PROIZVODI IZ NJIH,  
NADEVI (štrukiji, palačinke,  
potice), ČOKOLADNI NAMAŽI,  
KRUH, PIŠKOTI, KREKERJI,  
SLADICE in SLADOLEDI (lešnik,



SS

**SEZAMOVO SEME** in PROIZVODI  
IZ NJEGA

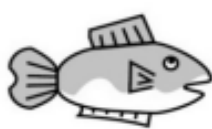
SEZAMOVO OLJE,  
SOLATE (sezamova semena),  
KRUH (hamburger, žemlje,  
palčke, krekerji),  
PANADA s sezamom



GS

**GORČIČNO SEME** in PROIZVODI  
IZ NJEGA

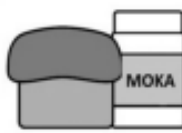
GORČICA, MARINIRANO MESO  
(pečenka, goveji zrezki,  
divjačina),  
OMAKE Z GORČICO, Tatarska  
OMAKA, DRESINGI ZA SOLATE



R1

**RIBE** in  
PROIZVODI IZ NJIH

VSE SLADKOVODNE in MORSKE  
RIBE, BRODET, RIBJI NAMAŽ,  
RIBJE PAŠTETE, RIBJE KONZERVE,  
IZDELKI IZ RIB (palpeti, omake,  
solate)



V

**VOLČJI BOB** in  
PROIZVODI IZ NJEGA

NEKATERE VRSTE KRUHA,  
BREZGLUTENSKI, NEKATERA  
PECIVA in PEKOVSKI IZDELKI



J

**JAJCA** in  
PROIZVODI IZ NJIH

TESTENINE,  
PANIRANI IZDELKI,  
LAZANJE, MUSAKE,  
NARASTKI,  
VEČINA SLADIC,  
BISKVITI, PALAČINKE



R2

**RAKI** in  
PROIZVODI IZ NJIH

KOZICE, RAKI (gamberi),  
JASTOGI, ŠKAMPI, RIŽOTE,  
TESTENINE, PIZZE in SOLATE iz  
MORSKIH SADEŽEV,  
TAJSKE in AZIJSKE JEDI



Z

**LISTNA ZELENA** in  
PROIZVODI IZ NJE

JUHE, ENOLONČNICE,  
KONCENTRATI  
(juhe, enolončnice),  
GOVEJA KOČKA, SOLATE,  
INDUSTRIJSKO PANIRANI  
PIŠČANČJI ZREZKI



L

**MLEKO** in  
MLEČNI PROIZVODI, ki  
vsebujejo **LAKTOZO** in  
**MLEČNE BELJAKOVINE**

PANIRANA ŽIVILA (mleka v  
panadi), PIRE KROMPIR, OMAKE,  
NARASTKI (rižev, prosen,  
ajdov...), SLADICE (palačinke...),  
JOGURT, SIR, SMETANA, SKUTA,  
MASLO, PUDING, SIROTKA,  
FETA, GORGONZOLA,  
MOZZARELA



S

**ZRNJE SOJE** in  
PROIZVODI IZ NJE

TOFU, SOJINO OLJE, SOJINO  
MLEKO, SOJINI POLPETI, SOJINA  
OMAKA, VEGETARIJANSKI  
IZDELKI, nekateri MESNI IZDELKI  
(hrenovke, klobase, čevapčiči,  
čufti, mesni sir), IZDELKI Z  
INDUSTRIJSKO PANADO (ribe,  
cordon bleu)

**POMEMBNO**

GOSTJE SO LAHKO ALERGIČNI  
NA ENEGA ALI VEČ ALERGENOV  
HKRATI.

SEZNANJENI SMO Z VSEMI  
ALERGENI IN VSEMI  
SESTAVINAMI JEDI.  
V PRIMERU NEJASNOSTI SE  
OBRNITE NA DELILNO OSEBJE.

Jedi, ki jih pripravljamo, so namenjeni gostom brez alergij, zato jedi poleg navedenih alergenov lahko vsebujejo še vse alergene na plakatu V SLEDOVIH,  
izjema so individualno dogovorjeni dietni obroki, kjer so postopki priprave strogo ločeni.