

# PALEO MITYBA VASARA

RUGPJŪČIO 17 - 19 D.



## Trečiadienis

### PUSRYČIAI

Varškėčiai

### PIETŪS

Agurkų salotos su jogurtiniu tzatziki padažu

Jautienos Corn-Carne

### VAKARIENĖ

Nicos salotos

## Ketvirtadienis

### PUSRYČIAI

Omletas su cukinijomis ir špinatais

### PIETŪS

Žaliosios salotos su "Balsamic vinaigrette" padažu

Vištiena grill su Provanco žolelėmis

### VAKARIENĖ

Pikantiškos burokėlių salotos su obuoliais ir džiovintomis slyvomis

Netikras kalakutienos zuikis

## Penktadienis

### PUSRYČIAI

Saldžios bulvės ir kiaušinio sumuštinis

### PIETŪS

Lengvai rauginti agurkėliai + garstyčiomis gardinta kiaulienos išpjova

### VAKARIENĖ

"Fish balls" su karštomis daržovėmis