



SUBBALANSUOTA MITYBA

Rugsėjo mėn 18-22d.

- P**
- Saldžios bulvės sumuštinis su kiaušiniu
 - Agurko ir pankolio salotos
 - Kokosinis žaliųjų lęšių troškinys
 - Vakaro salotos su kalakutiena
-

- A**
- Grikių košė su grybais
 - Virtų burokėlių ir raugintų agurkų salotos
 - Vegetariškas plovas
 - Burgundiška jautiena
-

- T**
- Perlinių kruopų košė su saulėje dž. Pomidorais
 - Agurkų ir ridikėlių salotos su tadziki padažu
 - Vištiena su 5 prieskoniais ir "bokchoy"
 - Sveikuoliškos Nicos salotos
-

- K**
- Kiaušininiai keksiukai su špinatais
 - Traškios šviežių burokėlių ir morkų salotos
 - Paprikos įdarytos bulvėmis, feta ir pesto
 - Kalakutienos ir daržovių troškinys
-

- P**
- Avižinių kruopų košė su cinamoniniu moliūgu
 - Graikiškos salotos
 - Makaronai su artiškais
 - Šparaginių pupelių ir vyšnynių pomidoriukų salotos
 - Vištiena traškiamė kukurūzų apvalkale
-

www.21diena.lt