



SAVAITĖS
MENIU

VEGETARINĖ MITYBA

Rugsėjo mėn 18-22d.

P

- Saldžios bulvės sumuštinis su kiaušiniu
- Agurko ir pankolio salotos
- Kokosinis žaliųjų lęšių troškinys
- Vakaro salotos su tofu

A

- Grikių košė su grybais
- Virtų burokėlių ir raugintų agurkų salotos
- Vegetariškas plovas
- Toskanos pupelių troškinys

T

- Perlinių kruopų košė su saulėje dž. Pomidorais
- Agurkų ir ridikėlių salotos su tadziki padažu
- Pakora
- Vegetariškos Nicos salotos

K

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

P

- Avižinių kruopų košė su cinamoniniu moliūgu
- Graikiškos salotos
- Makaronai su artišokais
- Šparaginių pupelių ir vyšnynių pomidoriukų salotos
- Karamelizuoti briuselio kopūstai

www.21diena.lt