

Meniu 2024

1 diena

Pusryčiai	-----
Pietūs	Trinta moliūgų/cukinijų ir raudonųjų lęšių sriuba
	Ryžiai su daržovėmis (cukinija, brokolis, žiedinis kopūstas)
	Morkų salotos
Vakarienė	Sumuštiniai su sūriu, užtepėlėmis, kakava/arbata

2 diena

Pusryčiai	Grikių košė su pienu, arbata
Pietūs	Avinžirnių ir daržovių sriuba
	Pilno grūdo makaronai, baltas sūrio ir raudonas padažas
	Salotos, šviežios daržovės
Vakarienė	Brokolių ir ryžių (bolivinės balandos) troškinys

3 diena

Pusryčiai	Avižinių dripsnių košė su trintomis uogomis
Pietūs	Šaltibarščiai
	Pica (kievienas kepa savo picą)
	Agurkai, pomidorai, salotos
Vakarienė	Daržovių troškinys su grikiais

4 diena

Pusryčiai	Sausi pusryčiai
Pietūs	Daržovių sriuba su perlinėmis kruopomis
	Troškinti kopūstai su bulvių/moliūgų koše
	Salotos, šviežios daržovės
Vakarienė	Blyneliai su cukinijomis/moliūgu, trintomis uogomis, pienu/arbata

5 diena

Pusryčiai	Virti kiaušiniai/kiaušininė su duona, agurkais, kakava/arbata
Pietūs	Burokėlių sriuba
	Augalinis plovas
	Rauginti agurkai, burokėliai
Vakarienė	Lauže keptos bulvės, sviestas, agurkai, pomidorai

6 diena

Pusryčiai

Sumuštiniai su sūriu, užtepėlėmis, kakava/arbata
