



MENU

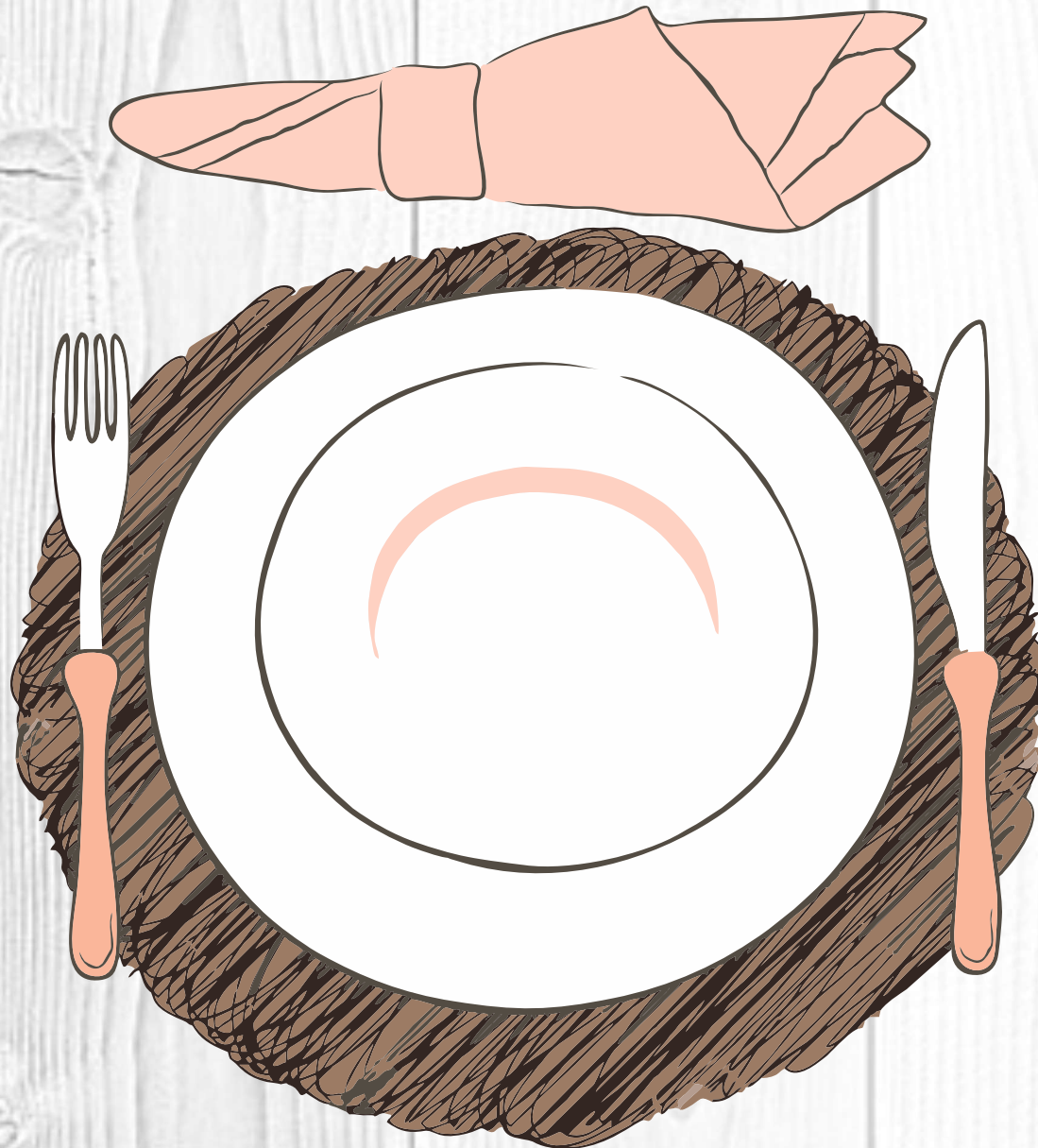
**SVEIKO
MAISTO
ŠOU**

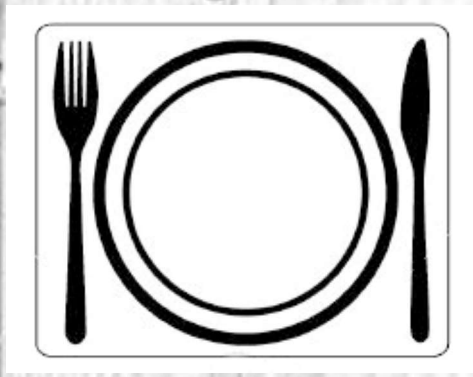
SALOTOS

SRIUBA

DESERTAS

**STALO
SERVIRAVIMAS**





**GAMINU...
RAGAUJU...
SKANAUJU...**



MENTU

TURINYS:

PUSRYČIAI.....	5
SALOTOS.....	10
MĖSA.....	13
DESERTAI.....	14
KOKTEILIAI.....	17
ŽELĖ.....	27
LEDAI.....	28
LAUKO VIRTUVĖ.....	29

SALOTOS

SRIUBA

DESERTAS





PUSRYČIŲ MENIU





IGNO VARŠKĖTUKAI

Sveriame varškę, skaičiuojame kiaušinius, bananą pjaustome į lygias 8 dalis, šaukštu matuojame avižinius miltus ir žiūrime kiek varškėtukų telpa į keptuvę. Pagardiname jogurtu ir pačiomis skaniausiomis uogomis...

Skanaus :)





VYTAUTAS IŠBANDO IGNO VARŠKĖTUKUS

Rytas prasideda Igno varšėtukais...
„Varškės skaldymas“,
produktų svėrimas, matavimas
ir skaičiavimas ir ypač emociingas
valgymas!...

Rekomenduoju:)



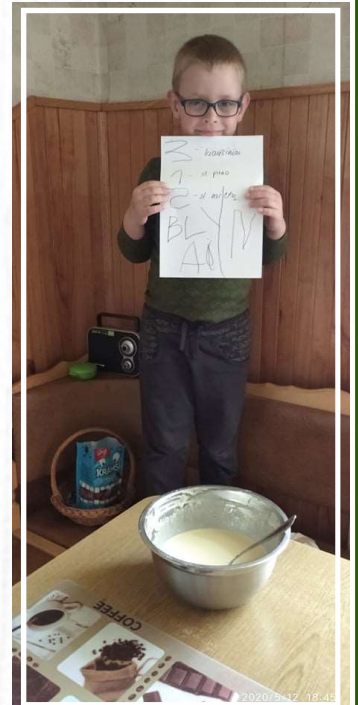
**GERAS BLYNŲ
RECEPTAS -
TOBULOS DIENOS
PRADŽIA**



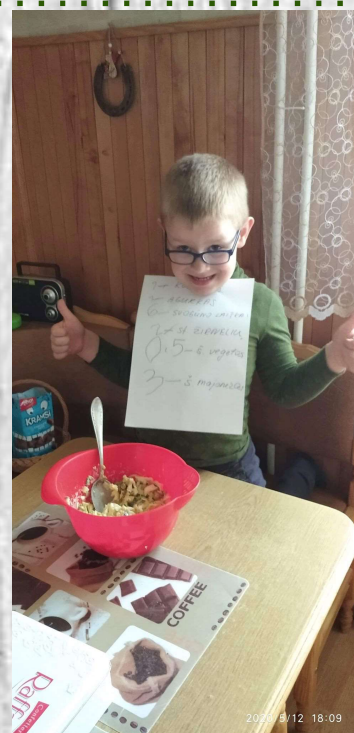
MATO BLYNELIAI:

3 - kiaušiniai,
1 st. - pieno,
5 st. - miltų.

Viską suskaičiuoti, išmaišyti,
kepti ir ragauti:)



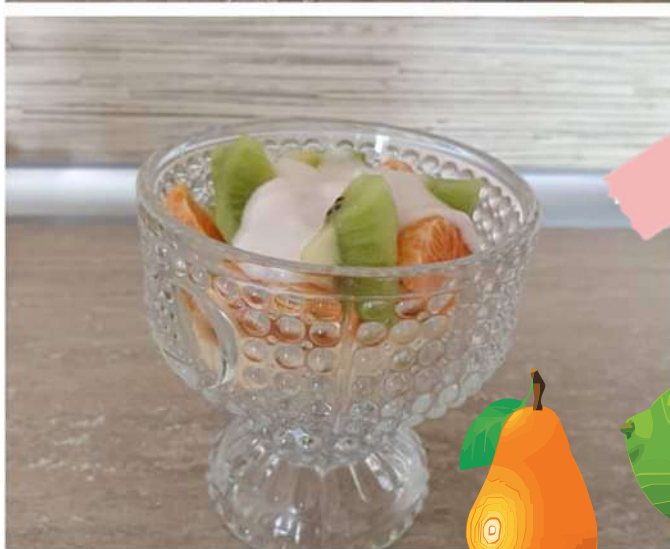
RECEPTA ĢERA TURĒSI - SALOTAS GREITAI PAMĒGSI!



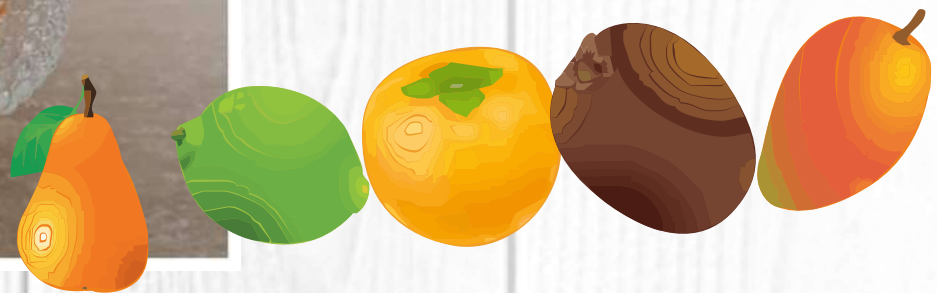
- 1 - nedidelis kopūstas,
- 1 - agurkas,
- 6 - svogūņu laiškai,
- 2 st. - žirnelių,
- 0,5 š. - vegetos,
- 3 š. - majonezo.

Pjaustom, maišom ir
džiaugiamės rezultatu!





**GABRIELĖS
VAISIŲ
SALOTOS...**



**BROLIŲ
ADOMO IR JOKŪBO
VAISIŲ
SALOTOS...**





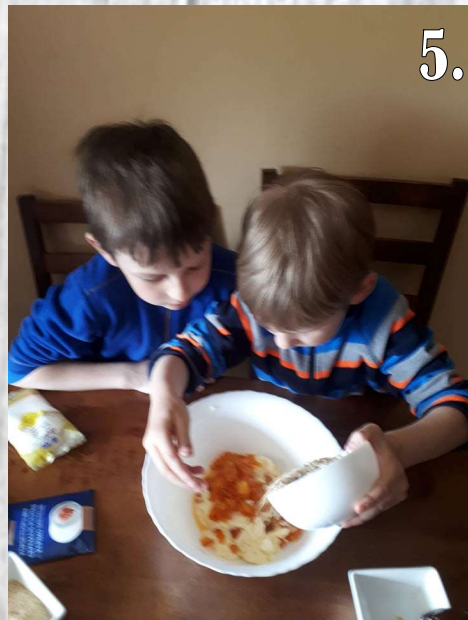
**NOJAUS
KIBINAI**



**DESERTŲ
PRDAŽIAMOKSLIS**



**AVIŽINIAI
SAUSAINIAI**





**NUO SAUAINIŲ
PRIE KEKSIUKŲ...**



**SESIŲ
BELLOS IR ELIJOS
SKANĖSTAI...**





***URTÈS
VAISÈS...***



PIENO KOKTEILIAI

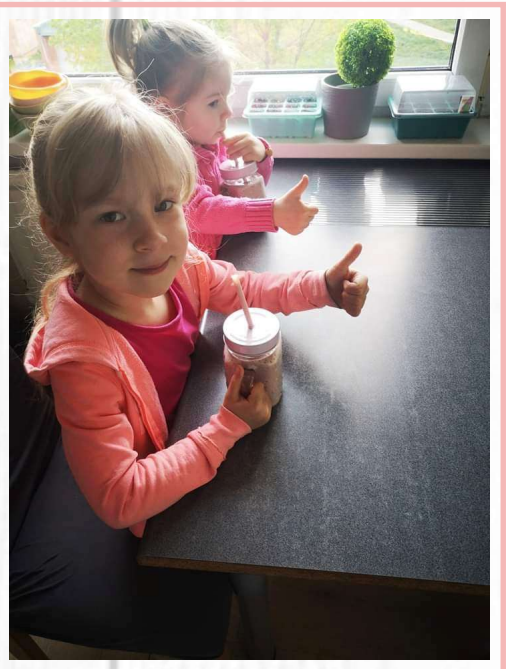
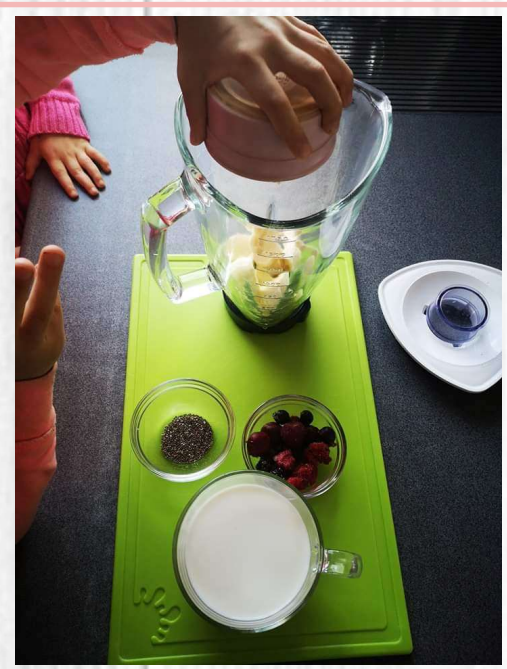
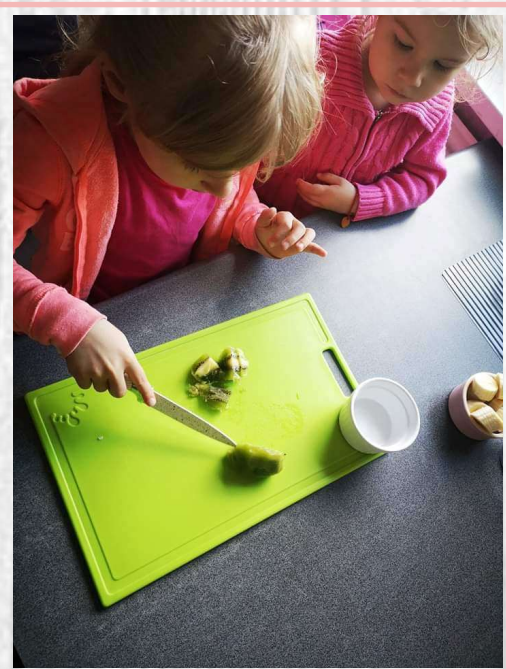
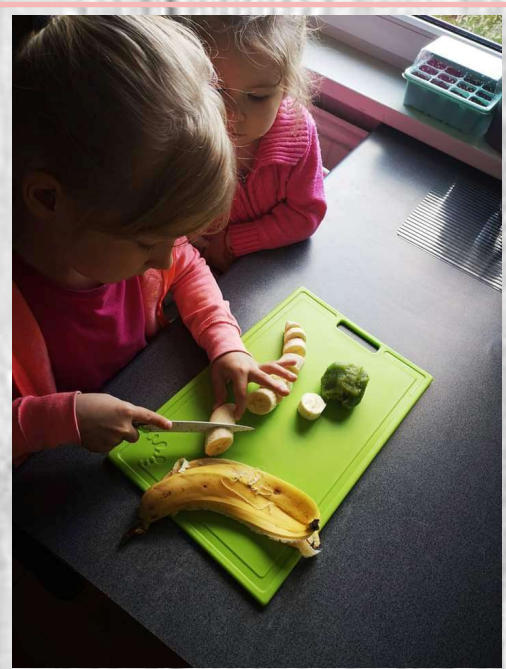
Receptas

1. Stiklinė pieno
2. Sauja spanguolių
3. Sauja mėlynių
4. 🍌 bananas
5. 🍋 sulčių (pagal skonį)

1. 100ml natūralaus jogurto
2. 100ml grietinėlės
3. juodo šokolado gabaliukai



**PJAUSTOME
VAISIUS,
PLAKAME IR
SKANAUJAME...**





**AMELIJOS
PIENO
KOKTEILIO
PAMOKA:)**



**MATO
PIENO
SKANĒŠTAS...**

***GUSTO PIENO
SKANĒSTAS...***





**GABIJOS PIENO
SKANĒSTAS...**

**RŪTA IR
LUKAS
TAIP PAT
ŠEIMININKAUJA
VIRTUVĖJE...**





**GABRIELĚS
ŽELÉ...**



**RŪTOS
JOGURTINIAI
LEDAI:)**





**LAUKO
VIRTUVĚ...**