

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna

	PONIEDZIAŁEK 13.04.2026	WTOREK 14.04.2026	ŚRODA 15.04.2026	CZWARTEK 16.04.2026	PIĄTEK 17.04.2025
Ś N I A D	Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, szynka z indyka, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Owsianka na mleku roślinnym (owies). Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, hummus z dynią warzywa, herbata z cytryną.	Pieczyno ciemne (pszenica, żyto) z masłem roślinnym. Omlet z szynką (jaja), warzywa, kawa zbożowa na mleku roślinnym (jęczmień, żyto)	Parówki 94 % mięsa, masło roślinne, wek (pszenica), warzywa, ketchup, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Roślinna ryżanka z karmelizowanym jabłkiem, bułka śląska (pszenica), masło roślinne, pasta z zielonego groszku, warzywa, herbata.
O B I A D	Bezmleczna zupa koperkowa z kuskusem (pszenica).	Krem pomidorowo – paprykowy zabieleny mlekiem roślinnym.	Zabieleny mlekiem roślinnym kapuśniak z ziemniakami.	Rosół (seler) z grysiem (pszenica).	Żurek (żyto).
	Ryż z waniliowym jogurtem roślinnym i sosem truskawkowym. Kompot.	Pieczeń rzymska (pszenica, jaja) w sosie własnym (pszenica), ziemniaki, surówka z selera i kukurydzy, Woda z cytryną.	Nuggetsy z ryby (ryba, jaja, pszenica), ziemniaki, surówka z marchewki i pomarańczy. Kompot.	Kotlety mielone z indyka (pszenica, jaja), ziemniaki, buraczki domowe. Lemoniada.	Makaron z sosem neapolitańskim (pszenica, jaja), kompot..
P O D W	Bułka kajzerka (pszenica) z masłem roślinnym, jajko na twardo (jaja), warzywa.	Budyń czekoladowy na mleku roślinnym z duszonymi wiśniami.	Jogurt roślinny z granolą (pszenica, owies, żyto). Owoce.	Bezmleczne ciasto domowe (pszenica, jaja)	Kanapka (pszenica), z masłem roślinnym pasztet rybno - warzywny (ryba, jaja), warzywa.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna

	PONIEDZIAŁEK 11.05.2026	WTOREK 12.05.2026	ŚRODA 13.05.2026	CZWARTEK 14.05.2026	PIĄTEK 15.05.2025
Ś N I A D	Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, polędwica z indyka, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Płatki ryżowe z truskawkami na mleku roślinnym.. Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, jajko na twardo (jaja), szynka wiejska sałata zielona, herbata z cytryną.	Pieczycwo mieszane (pszenica, żyto) z ziarnami, masło roślinne, bezmleczna pasta z wędzonej makreli (ryba), warzywa, kawa zbożowa na mleku roślinnym (jęczmień, żyto)	Parówki 94% mięsa, wek (pszenica), masło roślinne, ketchup, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Gryczanka z malinami na mleku roślinnym, pieczywo mieszane (pszenica, żyto), masło roślinne, pasta fasolowa ze słonecznikiem, warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Bezmleczna zupa ogórkowa z kaszą jaglaną.	Betakarotenowy bezmleczny krem z groszkiem ptysiovym (pszenica, jaja).	Zabielany śmietaną roślinną kapuśniak z młodej kapusty.	Rosół (seler) z makaronem (pszenica, jaja).	Bezmleczna botwinka.
	Pierogi z owocami (wyrób własny) i roślinnym jogurtem waniliowym (pszenica, jaja). Kompot.	Nuggetsy z kurczaka (pszenica, jaja), ziemniaki, mizeria z roślinnym jogurtem. Woda z cytryną.	Sztuka mięsa w sosie własnym (pszenica), kasza bulgur (pszenica), kapusta czerwona gotowana. Kompot.	Ryba w złocistej panierce (ryba, pszenica, jaja) ziemniaki, warzywa na parze.. Lemoniada.	Bezmleczne kotleciki warzywne (pszenica, jaja), ziemniaki, . Surówka z kiszzonej kapusty. Kompot.
P O D W	Pasta drobiowo – warzywna (wyrób własny), bułka pszenna (pszenica) z masłem roślinnym, warzywa.	Kanapka z masłem roślinnym i miodem (pszenica), koktajl owocowy na mleku roślinnym..	Bananowa owsianka na mleku roślinnym (owies).	Salatka owocowa.	Wegetariańska domowa bezmleczna pizza (pszenica, jaja).

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna

	PONIEDZIAŁEK 25.05.2026	WTOREK 26.05.2026	ŚRODA 27.05.2026	CZWARTEK 28.05.2026	PIĄTEK 29.05.2025
Ś N I A D	Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, szynka drobiowa, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Owsianka brownie na mleku roślinnym (owies).. Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym pasta fasolowa ze słonecznikiem, warzywa, herbata z cytryną.	Kanapka z weka (pszenica), masło roślinne, bezmleczna nutella śliwkowa, owoce, kawa zbożowa na mleku roślinnym. (jęczmień, żyto)	Kiełbaski istebniańskie, wek (pszenica), masło roślinne, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	„Belriso” z wiśniami na mleku roślinnym pieczywo mieszane (pszenica, żyto), pasta z zielonego groszku, masło roślinne, warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo zabieleną śmietaną roślinną (pszenica, jaja).	Bezmleczna zupa krem pomidorowo - paprykowy.	Kapuśniak z młodej kapusty zabieleny śmietaną roślinną.	Rosół (seler) z makaronem (pszenica, jaja).	Żurek (pszenica, żyto).
	Puszyste bezmleczne racuszki (pszenica, jaja) z prażonymi jabłkami i roślinnym sosem cynamonowym. Kompot.	Paluszki rybne z fileta (ryba, pszenica, jaja), ziemniaki, marchew z groszkiem. Woda z cytryną.	Gulasz z indyka (pszenica), kasza gryczana, sałatka wiosenna. Kompot.	Kotlet schabowy (pszenica, jaja) ziemniaki, mizeria z jogurtem roślinnym. Lemoniada.	Jajko w bezmlecznym sosie warzywnym(jaja, pszenica), ziemniaki, buraczki domowe Kompot.
P O D W	Bułka pszenna (pszenica) z masłem roślinnym, pasta drobiowo – warzywna, warzywa.	Deser na jogurcie roślinnym z musli i owocami (pszenica, żyto).	Kanapka (pszenica) z masłem roślinnym, kiełbasa krakowska, warzywa.	Bezmleczne babeczki z borówkami (pszenica, jaja).	Domowy paprykarz z tuńczyka (ryba), pieczywo mieszane (pszenica, żyto), masło roślinne, warzywa.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna

	PONIEDZIAŁEK 08.06.2026	WTOREK 09.06.2026	ŚRODA 10.06.2026	CZWARTEK 04.06.2026	PIĄTEK 05.06.2025
Ś N I A D	Kanapka (pszenica, żyto) z masłem roślinnym, szynka drobiowa, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Zacierka na mleku roślinnym (pszenica, jaja).. Kanapka pszenna (pszenica) z masłem roślinnym, pasztet z soczewicy (jaja), warzywa, herbata z cytryną.	Kanapki graham (pszenica) z szynką wieprzową, masło roślinne, warzywa, kawa zbożowa na mleku roślinnym (jęczmień, żyto).	Parówki 94% mięsa, pieczywo mieszane (pszenica, żyto), masło roślinne, ketchup, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Kaszka manna na mleku roślinnym z malinami (pszenica). Pasta buraczano – słonecznikowa, masło roślinne, pieczywo mieszane (pszenica, żyto), warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Krupnik (jęczmień).	Zupa jarzynowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami.	Zupa meksykańska z indykiem i ryżem.	Rosół z makaronem (pszenica, jaja, seler).	Betakarotenowy krem z grzankami zabieleny śmietaną roślinną. (pszenica).
	Makaron z owocami (pszenica, jaja), sos z jogurtu roślinnego Kompot.	Ryba po grecku (ryba, pszenica, jaja), ziemniaki, sałatka wiosenna. Woda z cytryną.	Kotlet schabowy (pszenica, jaja), ziemniaki, mizeria z jogurtem roślinnym. Kompot.	Potrawka z kurczaka (pszenica), zabieleną śmietaną roślinną, kasza jagłana, warzywa na parze. Lemoniada.	Kotleciki z zielonego groszku (jaja, pszenica), ziemniaki, buraczki gotowane. Kompot.
P O D W	Czeko - gryczanka na mleku roślinnym z wiśniami.	Pasta z pieczonej marchewki i batata. Bułka grahamka (pszenica), masło roślinne, warzywa.	Kanapka (pszenica) z masłem roślinnym pasta sardynkowa (ryba) z jajkiem (jaja). warzywa.	Biskoptowe bezmleczne babeczki z borówkami (pszenica, jaja).	Racuszki bezmleczne (pszenica, jaja) z musem brzoskwiniowym.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna bez glutenu

	PONIEDZIAŁEK 11.05.2026	WTOREK 12.05.2026	ŚRODA 13.05.2026	CZWARTEK 14.05.2026	PIĄTEK 15.05.2025
Ś N I A D	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, polędwica z indyka, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Płatki ryżowe z truskawkami na mleku roślinnym.. Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym,jajko na twardo (jaja), szynka wiejska sałata zielona, herbata z cytryną.	Pieczyno bezglutenowe, masło roślinne, bezmleczna pasta z wędzonej makreli (ryba), warzywa, kawa zbożowa bez glutenu na mleku roślinnym.	Parówki 94% mięsa, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, ketchup, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Gryczanka z malinami na mleku roślinnym, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, pasta fasolowa ze słonecznikiem, warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Bezmleczna zupa ogórkowa z kaszą jaglaną. Makaron bez glutenu z sosem owocowym i roślinnym jogurtem waniliowym. Kompot.	Betakarotenowy bezmleczny krem z grzankami bez glutenu. Nuggetsy z kurczaka w bezglutenowej panierce (jaja), ziemniaki, mizeria z roślinnym jogurtem. Woda z cytryną.	Zabielany śmietaną roślinną kapuśniak z młodej kapusty. Sztuka mięsa w bezglutenowym sosie, ryż paraboliczny, kapusta czerwona gotowana. Kompot.	Rosół (seler) z makaronem bez glutenu. Ryba w złocistej panierce bez glutenu (ryba, jaja) ziemniaki, warzywa na parze.. Lemoniada.	Bezmleczna botwinka. Bezmleczne kotleciki warzywne bez glutenu (jaja), ziemniaki, . Surówka z kiszonej kapusty. Kompot.
P O D W	Pasta drobiowo – warzywna (wyrób własny), kanapka bez glutenu, z masłem roślinnym, warzywa.	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym i miodem Koktajl owocowy na mleku roślinnym..	Bananowa jaglanka na mleku roślinnym.	Salatka owocowa.	Wegetariańska domowa bezmleczna pizza bez glutenu.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna bez glutenu

	PONIEDZIAŁEK 25.05.2026	WTOREK 26.05.2026	ŚRODA 27.05.2026	CZWARTEK 28.05.2026	PIĄTEK 29.05.2025
Ś N I A D	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, szynka drobiowa, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Ryżanka brownie na mleku roślinnym.. Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym pasta fasolowa ze słonecznikiem, warzywa, herbata z cytryną.	Kanapka bezglutenowa, masło roślinne, bezmleczna nutella śliwkowa, owoce, kawa zbożowa bez glutenu na mleku roślinnym.	Kiełbaski istebniańskie, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	„Belriso” z wiśniami na mleku roślinnym pieczywo bez glutenu pasta z zielonego groszku, masło roślinne, warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Zupa kalafiorowa z makaronem bez glutenu zabieleną śmietaną roślinną.	Bezmleczna zupa krem pomidorowo - paprykowy.	Kapuśniak z młodej kapusty zabieleny śmietaną roślinną.	Rosół (seler) z makaronem bez glutenu.	Bezmleczna zupa jarzynowa z ziemniakami.
	Puszyste bezmleczne racuszki bez glutenu (jaja) z prażonymi jabłkami i roślinnym sosem cynamonowym. Kompot.	Ryba w panierce bez glutenu (ryba, jaja), ziemniaki, marchew z groszkiem. Woda z cytryną.	Bezglutenowy gulasz z indyka kasza gryczana, sałatka wiosenna. Kompot.	Kotlet schabowy w bezglutenowej panierce (jaja) ziemniaki, mizeria z jogurtem roślinnym. Lemoniada.	Jajko w bezmlecznym bezglutenowym sosie warzywnym(jaja), ziemniaki, buraczki domowe Kompot.
P O D W	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, pasta drobiowo – warzywna, warzywa.	Deser na jogurcie roślinnym z płatkami bez glutenu i owocami.	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, kielbasa krakowska, warzywa.	Bezmleczne babeczki bez glutenu z borówkami (jaja).	Domowy paprykarz z tuńczyka (ryba), pieczywo bez glutenu masło roślinne, warzywa.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna bez glutenu

	PONIEDZIAŁEK 08.06.2026	WTOREK 09.06.2026	ŚRODA 10.06.2026	CZWARTEK 04.06.2026	PIĄTEK 05.06.2025
Ś N I A D	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, szynka drobiowa, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Makaron bezglutenowy na mleku roślinnym. Kanapka bezglutenowa z masłem roślinnym, pasztet z soczewicy (jaja), warzywa, herbata z cytryną.	Kanapki bez glutenu z szynką wieprzową, masło roślinne, warzywa, kawa zbożowa bezglutenowa na mleku roślinnym.	Parówki 94% mięsa, pieczywo bez glutenu, masło roślinne, ketchup, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Kaszka jaglana na mleku roślinnym z malinami. Pasta buraczano – słonecznikowa, masło roślinne, pieczywo bez glutenu warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Krupnik jaglany. Makaron bezglutenowy z owocami, sos z jogurtu roślinnego. Kompot.	Zupa jarzynowa zabieleną śmietaną roślinną z ziemniakami. Ryba po grecku w panierce bez glutenu (ryba, jaja), ziemniaki, sałatka wiosenna. Woda z cytryną.	Zupa meksykańska z indykiem i ryżem. Kotlet schabowy bezglutenowy (jaja), ziemniaki, mizeria z jogurtem roślinnym. Kompot.	Rosół z makaronem bez glutenu (seler). Bezglutenowa potrawka z kurczaka zabieleną śmietaną roślinną, kasza jaglana, warzywa na parze. Lemoniada.	Betakarotenowy krem z grzankami bez glutenu zabieleny śmietaną roślinną. Bezglutenowe kotleciki z zielonego groszku (jaja), ziemniaki, buraczki gotowane. Kompot.
P O D W	Czeko - gryczanka na mleku roślinnym z wiśniami.	Pasta z pieczonej marchewki i batata. Pieczywo bez glutenu, masło roślinne, warzywa.	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym pasta sardynkowa (ryba) z jajkiem (jaja). warzywa.	Biskoptowe bezmleczne bezglutenowe babeczki z borówkami (jaja).	Racuszki bezmleczne bezglutenowe (jaja) z musem brzoskwiniowym.

RESTAURACJA JANÓWKA

Dieta bezmleczna bez glutenu

	PONIEDZIAŁEK 18.05.2026	WTOREK 19.05.2026	ŚRODA 20.05.2026	CZWARTEK 21.05.2026	PIĄTEK 22.05.2025
Ś N I A D	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym,, połędwica sopocka, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Brzoskwiniowa jaglanka na mleku roślinnym. Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym, pasta drobiowo – warzywna, sałata zielona, herbata z cytryną.	Pieczywo bez glutenu, masło roślinne, domowa bezmleczna nutella śliwkowa, owoce, kawa zbożowa bezglutenowa na mleku roślinnym.	Jajecznicza (jaja), pieczywo bez glutenu, masło roślinne, warzywa, kakao naturalne na mleku roślinnym.	Płatki kukurydziane z mlekiem roślinnym, pieczywo bezglutenowe, masło roślinne, domowy paprykarz z tuńczyka (ryba), warzywa, herbata z cytryną.
O B I A D	Bezmleczna zupa jarzynowa z ziemniakami. Ryż z roślinnym sosem jogurtowym z owocami leśnymi. Kompot.	Bezmleczna zupa pomidorowa z ryżem. Ryba z sezamowej panierce bez glutenu (ryba, jaja), ziemniaki, mini marchewki. Woda z cytryną.	Bezmleczna kartoflanka. Makaron bezglutenowy po bolońsku. Kompot.	Rosół (seler) z makaronem bezglutenowym. Bitki schabowe w sosie własnym bezglutenowym, ziemniaki, mizeria z jogurtem roślinnym. Lemoniada.	Bezmleczna zupa ogórkowa z kaszą jaglaną. Bezglutenowe kotlety z fasoli (jaja), ziemniaki, buraczki domowe Kompot.
P O D W	Kanapka bez glutenu z masłem roślinnym pasta warzywna, warzywa.	Galaretka na mleku roślinnym z truskawkami.	Hummus ze słonecznikiem, masło roślinne, pieczywo bezglutenowe.	Bezmleczne bezglutenowe domowe ciasto (jaja).	Budyń śmietankowy na mleku roślinnym z domową fruzeliną wiśniową.