

# DIETA NISKI GLUTEN

## Jadtospis

DATA: 14.09-18.09.2026



**T.M**  
Catering

|                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                                                                                              | ZUPA                                                                                                                            | DRUGIE DANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | DESER                                                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| PONIEDZIAŁEK<br>14.09 | Kubek ciepłego mleka (bez dodatku cukru) <b>(zawiera mleko)</b> 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g <b>(zawiera mleko)</b> , pyzdra szynkowa 15g, dżem brzoskwiniowy 15g, papryka 10g, ogórek 10g                                                                              | Jarzynowa z brokułem ziemniakami, zabelana śmietaną wege, ze świeżym koperkiem na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt | Ryż z sosem słodko-kwaśnym z warzywami (marchew, cebula, ananas, koncentrat pomidorowy) i mięsem drobiowym 120/100g, fasolka szparagowa na parze 70g<br>Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml                                                                                                                                                                                              | Mleko w kartoniku 3,5% 200ml <b>(zawiera mleko)</b>                                |
| WTOREK<br>15.09       | Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g <b>(zawiera mleko)</b> , szynka od zduna 15g, serek śmietankowy do smarowania 15g - wyrób własny <b>(zawiera mleko)</b> , pomidor 15g, szczypiorek 5g<br>Herbata owocowa 200ml                                                                    | Ogórkowa zabelana śmietaną wege z ryżem i natką pietruszki, na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                    | Bezglutenowe paluszki rybne z dorsza 70g <b>(zawiera ryby)</b> , ziemniaczki 120g, lekka surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, rzodkiewką i koperkiem (olej rzepakowy) 35g, kalafior na parze 35g<br>Woda z cytryną 200ml                                                                                                                                                                                      | Budyń waniliowy na mleku - wyrób własny 100g <b>(zawiera mleko)</b>                |
| ŚRODA<br>16.09        | Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180ml <b>(zawiera mleko)</b> , pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g <b>(zawiera mleko)</b> , ser żółty 15g <b>(zawiera mleko)</b> , paprykarz rybny z dorsza z warzywami (pomidory, marchewka) <b>(zawiera ryby)</b> – wyrób własny 15g, ogórek 15g | Zupa koperkowa z ziemniakami, zabelana śmietaną wege, na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                          | Meksykańskie a'la kaszotto (kasza gryczana) z czerwoną fasolą, kukurydzą, papryką, pomidorami, marchewką i cebulką 120/100g, surówka Coleslaw 70g <b>(zawiera jajka, gorczyca)</b><br>Kompot wieloowocowy (na bazie wiśni, śliwki, porzeczki i aronii) 200ml                                                                                                                                                       | Deser serniczek z mango - wyrób własny 100g <b>(zawiera mleko)</b>                 |
| CZWARTEK<br>17.09     | Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g <b>(zawiera mleko)</b> , pasztet sojowy 15g <b>(zawiera gorczyca, soja)</b> , twarożek z rzodkiewką i koperkiem - wyrób własny 15g <b>(zawiera mleko)</b> , papryka 15g<br>Herbata z owoców leśnych 200ml                                         | Domowy rosół z makaronem bezglutenowym i świeżym lubczykiem 250ml <b>(zawiera seler)</b><br>Owoc sezonowy 1szt                  | Gyros drobiowy 70g, delikatny sos ziołowo-czosnkowy na jogurcie naturalnym 50g <b>(zawiera mleko)</b> , ryż paraboliczny 120g, surówka z czerwonej i białej kapusty z jabłkiem (olej rzepakowy) 35g, surówka ze szpinakiem baby, sałatą lodową, pomidorem, kukurydzą i sosem winegret (oliwa z oliwek) 35g <b>(zawiera gorczyca)</b><br>Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml | Koktajl Siłacza z jagodami na maślanie - wyrób własny 150ml <b>(zawiera mleko)</b> |
| PIĄTEK<br>18.09       | Płatki jaglane na mleku (bez dodatku cukru) 180ml <b>(zawiera mleko)</b> , pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g <b>(zawiera mleko)</b> , polędwica delikatna 15g, jajko ugotowane na twardo ½szt <b>(zawiera jajka)</b> , rzodkiewka 15g, szczypiorek 5g                               | Zupa krem pomidorowo paprykowy z pestkami dyni na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                                 | Bezglutenowe pierogi z soczewicą i kleksem jogurtu naturalnego 180/50g <b>(zawiera mleko)</b> , surówka z marchewki i selera (olej rzepakowy) 70g <b>(zawiera seler)</b><br>Woda z miętą 200ml                                                                                                                                                                                                                     | Galaretka owocowa 100g                                                             |

1. W zakładzie produkcyjnym używa się produktów zawierających gluten w związku z powyższym potrawy mogą zawierać śladowe ilości ww. alergenów.

2. Jadtospisy sporządzane są zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 16.02.2026 r.

3. Firma Tim zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

4. Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadłospisie zostały przygotowane z użyciem składników, które mogą zawierać śladowe ilości wywołujące alergie lub reakcje nietolerancji, takie jak: zboża zawierające gluten, jaja, ryby, orzechy, soję, mleko, seler, gorczyca, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

# DIETA NISKI GLUTEN

## Jadłospis

DATA: 21.09-25.09.2026



**T.M**  
Catering

|                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ZUPA                                                                                                                                          | DRUGIE DANIE                                                                                                                                                                                                                                                         | DESER                                                                                                                  |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PONIEDZIAŁEK<br>21.09 | Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g ( <b>zawiera mleko</b> ), serek wiejski 30g ( <b>zawiera mleko</b> ), dżem wiśniowy 15g, ogórek 10g, papryka 10g                                                                                    | Zupa dyniowa z ziemniakami i natką pietruszki, na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                                               | Drobiowy gulasz z warzywami (fasolka szparagowa, brokuł, marchewka, cebula), z kaszą gryczaną 100/120g, ogórek kiszony 70g<br>Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml                                                                          | Mini bułeczka bezglutenowa 1szt                                                                                        |
| WTOREK<br>22.09       | Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g ( <b>zawiera mleko</b> ), pasta "Miętuś" (ser biały, ogórek, mięta) ( <b>zawiera mleko</b> ) - wyrób własny 15g, pyzdra szynkowa 15g, pomidor 15g<br>Herbata owocowa 200ml                                                                             | Zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną i świeżym koperkiem na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                                         | Bezglutenowy pieczony falafel z ciecierzycy 70g, ziemniaczki 120g, surówka z białej kapusty z kukurydzą, porem i koperkiem (olej rzepakowy) 35g, brokuł na parze 35g<br>Woda z cytryną i miętą 200ml                                                                 | Serek cytrynowy - wyrób własny 100g ( <b>zawiera mleko</b> )                                                           |
| ŚRODA<br>23.09        | Kasza kukurydziana na mleku (bez dodatku cukru) 180ml ( <b>zawiera mleko</b> ), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g ( <b>zawiera mleko</b> ), ser żółty 15g ( <b>zawiera mleko</b> ), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny ( <b>zawiera jaja, gorczyca</b> ), rzodkiewka 15g | Lekka grochówka z ziemniakami na wywarze warzywnym, z natką pietruszki 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                                            | Kopytka bezglutenowe 180g, polewa truskawkowa na jogurcie naturalnym ( <b>zawiera mleko</b> ) 50ml, surówka z marchewki i ananasa (olej rzepakowy) 70g<br>Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml                                 | Wafel ryżowy 1szt                                                                                                      |
| CZWARTEK<br>24.09     | Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g ( <b>zawiera mleko</b> ), truskawkowy twarożek - wyrób własny 15g ( <b>zawiera mleko</b> ), parówka z szynki 93% 1szt, keczup 10g, papryka 15g<br>Herbata z owoców leśnych 200ml                                                                          | Zupa krupnik z kaszy gryczanej, ze świeżym koperkiem, na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt                                        | Bezglutenowy kotlet mielony z łopatki wieprzowej 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków z cebulką (olej rzepakowy) 35g, mizeria z jogurtem naturalnym 35g ( <b>zawiera mleko</b> )<br>Woda z miętą 200ml                                                  | Mus warzywno owocowy z jogurtem naturalnym (marchew, banan, dynia, mango) - wyrób własny 150g ( <b>zawiera mleko</b> ) |
| PIĄTEK<br>25.09       | Płatki kukurydziane na mleku (bez dodatku cukru) - wyrób własny 180ml ( <b>zawiera mleko</b> ), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g ( <b>zawiera mleko</b> ), powidła śliwkowe 15g, polędwica delikatna 15g, pomidor 15g, szczypiorek 5g                                                   | Zupa krem z białych warzyw (kalafior, por, ziemniaki, pietruszka) z bezglutenowymi grzankami na wywarze warzywnym 250ml<br>Owoc sezonowy 1szt | Makaron bezglutenowy z łososem w sosie serowym z cukinią i brokułem 120/100g ( <b>zawiera mleko, ryby</b> ), mix sałat z ogórkiem, koperkiem i sosem winegret (oliwa z oliwek) 70g ( <b>zawiera gorczyca</b> )<br>Lemoniada truskawkowa z miętą - wyrób własny 200ml | Bezglutenowe ciasto marchewkowe Króliczka 50g - wyrób własny ( <b>zawiera jaja</b> )                                   |

1. W zakładzie produkcyjnym używa się produktów zawierających gluten w związku z powyższym potrawy mogą zawierać śladowe ilości ww. alergenów.

2. Jadłospisy sporządzane są zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 16.02.2026 r.

3. Firma Tim zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

4. Pogrubioną czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadłospisie zostały przygotowane z użyciem składników, które mogą zawierać śladowe ilości wywołujące alergie lub reakcje nietolerancji, takie jak: zboża zawierające gluten, jaja, ryby, orzechy, soję, mleko, seler, gorczyce, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.