

DIETA NISKI GLUTEN

Jadłospis

DATA: 29.09-03.10.2025



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 29.09	Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) (zawiera mleko) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko) , dżem malinowy 15g, polędwica delikatna 15g, ogórek 10g, sałata 10g	Zupa jarzynowa z kalafiozem, ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	A'la kaszotto (kasza gryczana) z kurczakiem, kukurydzą, cebulką, papryką i cukinią 120/100g, surówka z czerwonej kapusty z marchewką (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Maślanka truskawkowa 100ml (zawiera mleko)
WTOREK 30.09	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko) , jajko ugotowane na twardo 1/2szt (zawiera jajka) , twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera mleko) , pomidor 10g, Herbata malinowa 200ml	Ogórkowa z ryżem, zabieleną śmietaną 18% i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Pałka kurczaka z chrupiącą skórką 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka 35g (olej rzepakowy), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, porzem i koperkiem w sosie jogurtowym 35g (zawiera mleko) Woda z miętą i cytryną 200ml	Bułka bezglutenowa z dżemem wiśniowym 1szt/10g
ŚRODA 01.10	Kasza jagłana na mleku (bez dodatku cukru) (zawiera mleko) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko) , pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem, pomidorami i szczypiorkiem (zawiera ryby, mleko) – wyrób własny 15g, pyzdra szynkowa 15g, ogórek 10g	Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Makaron bezglutenowy z pomidorowym sosem bolognese i mięsem wieprzowym 120/100g, mix warzyw na parze (kalafior, brokuł, marchewka) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	NOWOŚĆ! Kisiel jabłkowy z cynamonem - wyrób własny 100ml
CZWARTEK 02.10	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko) , ser żółty „dziurawiec” 15g (zawiera mleko) , pasta z pieczonych warzyw (pomidory, cukinia, marchewka) - wyrób własny 15g, papryka 10g, rukola 5g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa krupnik z kaszą kukurydzianą i koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Ryż z brzoskwiniami i ananasem 180g, polewa jogurtowo truskawkowa (zawiera mleko) 50ml, marchewka mini na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Budyń waniliowy na mleku 100ml - wyrób własny (zawiera mleko)
PIĄTEK 03.10	Mleko w kartoniku 3,5% 200ml (zawiera mleko) , pieczywo bezglutenowe 50g, masło (zawiera mleko) 10g, kurczak gotowany 15g, różowa pasta z buraczkami na twarogu – wyrób własny 15g (zawiera mleko) , pomidor 10g	Zupa brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowe kopytka 180g, kleks jogurtu naturalnego 50ml (zawiera mleko) , surówka z marchewki, jabłka i pora (olej rzepakowy) 70g Lemoniada z cytryną i miętą 200ml	NOWOŚĆ! Bezglutenowa korzenna dyniowa muffinka - wyrób własny 1szt (zawiera jajka)

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 26.07.2016 r.

3.Prezentowane surówki bazują na olejach słonecznikowych, rzepakowych, lnianych bądź na oliwie z oliwek.

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

5.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 alergię lub reakcję 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.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

DIETA NISKI GLUTEN

Jadłospis

DATA: 06.10-10.10.2025



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEZIAŁEK 06.10	Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera soja, gorczyca), powidła śliwkowe 15g, ogórek 10g, roszponka 5g	Zupa z soczewicy z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Aromatyczne leczo z kiełbaską śląską, pieczarkami, cebulką, papryką, cukinią 100g i bułką bezglutenową 50g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Bułeczka bezglutenowa z miodem 1 kromka/10g
WTOREK 07.10	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), szynka od zduna 15g, ser biały w kostce 15g (zawiera mleko), papryka 10g, szczypiorek 5g Herbata owocowa 200ml	Rosół domowy z makaronem bezglutenowym z natką pietruszki i lubczykiem (zawiera seler) 250ml Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet mielony (mięso drobiowe) 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka Colesław 35g (zawiera jaja, gorczyca), brokuł na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Deser z serka a'la kinder country z ryżem preparowanym i wiórkami czekolady 100g (zawiera mleko, soja)
ŚRODA 08.10	Kasza kukurydziana na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta mięsna (drobiowa) z włoszczyzną i oliwą z oliwek - wyrób własny 15g, dżem brzoskwiniowy 15g, ogórek 10g	Zupa krem z buraka z pestkami dyni 250ml Owoc sezonowy 1szt	Łagodny kurczak po tajsu z mlekiem kokosowym, imbirem i warzywami (papryka, cukinia, marchewka), ryż paraboliczny 100/120g, mix sałat z pomidorem i sosem winegret (olej rzepakowy) 70g (zawiera gorczyca) Woda z miętą i cytryną 200ml	Serek waniliowy - wyrób własny 100g (zawiera mleko)
CZWARTEK 09.10	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty „salami” 15g (zawiera mleko), hummus z ciecierzycy z suszonym pomidorem 15g - wyrób własny, mix sałat 10g Herbata malinowa 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki, zabelana śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	NOWOŚĆ! Bezglutenowy fish burger z dorsza z serem mozzarellai natką pietruszki 70g (zawiera ryba, jajka, mleko), ziemniaczki 120g, surówka z kiszonej kapusty 35g, kalafior na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Bezglutenowe ciasteczko bananowe - wyrób własny 1szt
PIĄTEK 10.10 DZIEŃ OWSIANKI	Płatki jaglane z żurawiną na mleku (bez dodatku cukru) (zawiera mleko) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło (zawiera mleko) 10g, polędwica delikatna 15g, jajecznicza ze szczypiorkiem na masle 40g (zawiera jaja, mleko), pomidor 10g	Treściwa zupa gulaszowa z mięskiem wieprzowym, kiełbaską 93%, papryką, ziemniakami, marchewką i porzem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Makaron bezglutenowy z serem białym i polewą truskawkową na jogurcie naturalnym (zawiera mleko) 120/100g, surówka z marchewki i ananasa 70g Lemoniada cytrusowa z pomarańczą i cytryną 200ml	Bułeczka bezglutenowa z dżemem wiśniowym 1szt/10g

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 26.07.2016 r.

3. Prezentowane surówki bazują na olejach słonecznikowych, rzepakowych, lnianych bądź na oliwie z oliwek.

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

5. 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 alergię lub reakcję nietolerancji, takie jak: zboża zawierające gluten, jaja, ryby, orzechy, soję, mleko, seler, gorczycę, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

