

DIETA NISKI GLUTEN

Jadtospis

DATA: 08.12-12.12.2025

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 08.12	Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), polędwica delikatna 15g, pasztet sojowy 15g (zawiera soja, gorczyca), rukola 5g, ogórek 10g	Jarzynowa z ziemniakami z brokułem, zabelana śmietaną 18%, ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Gulasz drobiowy z warzywami (fasolka szparagowa, kalafior, cukinia, marchewka), podany z kaszą gryczaną 100/120g, surówka Colesław 70g (zawiera jajka, gorczyca) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Buleczka bezglutenowa z dżemem malinowym 1szt/10g
WTOREK 09.12	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), twaróg w kostce 15g (zawiera mleko), pyzdra szynkowa 15g, papryka 10g, szczypiorek 5g Herbata owocowa 200ml	Ogórkowa zabelana śmietaną 18% z makaronem bezglutenowym i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Pieczone udko trybowane z chrupiącą skórką 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka (olej rzepakowy) 35g, surówka z białej kapusty z kukurydzą, porem i koperkiem (olej rzepakowy) 35g Woda z miętą i cytryną 200ml	Serek waniliowy - wyrób własny 100g (zawiera mleko)
ŚRODA 10.12	Mleko w kartoniku 3,5% 200ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty "salami" 15g (zawiera mleko), dżem wiśniowy 15g, ogórek 10g, roszponka 5g	Zupa krem z dyni z bezglutenowymi grzankami 250ml Owoc sezonowy 1szt	Klasyczne gołąbki z mięsem wieprzowym 160g (zawiera seler) i sosem pomidorowym 50ml, bułka bezglutenowa 40g, marchewka mini na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Bezglutenowe ciasteczko bananowe 1szt
CZWARTEK 11.12	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta rybna z tuńczyka z twarogiem, rzodkiewką i koperkiem - wyrób własny 15g (zawiera mleko, ryby), szynka od zduna 15g, pomidor 10g Herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa neapolitańska z makaronem bezglutenowym, serem mozzarella i ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet schabowy 70g, puree ziemniaczane 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, kukurydzą, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 35g, kalafior na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Kisiel jabłkowy z cynamonem - wyrób własny 100ml
PIĄTEK 12.12	Płatki kukurydziane na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta z jajek z kukurydzą i szczypiorkiem - wyrób własny 15g (zawiera jaja, gorczyca), pyzdra szynkowa 15g, ogórek 10g	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Spaghetti napoli z makaronem bezglutenowym i serem mozzarella 220g (zawiera mleko), mix sałat z ogórkiem, szczypiorkiem i sosem winegret 70g (zawiera gorczyca) Lemoniada cytrusowa z pomarańczą i miętą - wyrób własny 200ml	Buleczka bezglutenowa 1szt z czekośliwką - wyrób własny 15g

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

2.Jadtospisy 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 jadtospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

5.Pogrubiłą czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadtospisie 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.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

DIETA NISKI GLUTEN

Jadtospis

DATA: 15.12-19.12.2025

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 15.12	Kubek ciepłego mleka 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), dżem brzoskwinowy 15g, ogórek 10g, sałata 10g	Kalafiorowa zabelana śmietaną 18% z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Delikatne chili con carne, mięso wieprzowe mielone, fasola czerwona, papryka, kukurydza, cebula w sosie pomidorowym, ryż paraboliczny 100/120g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Buleczka bezglutenowa z masłem 1szt/5g (zawiera mleko)
WTOREK 16.12	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), polędwica delikatna 15g, serek śmietankowy do smarowania z ziołami 15g - wyrób własny (zawiera mleko), szczypiorek 5g, papryka 10g Herbata owocowa 200ml	Zupa krupnik z kaszy gryczanej, z natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Nuggetsy z kurczaka panierowane w płatkach kukurydzianych 70g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z czerwonej i białej kapusty z marchewką (olej rzepakowy) 35g, fasolka szparagowa na parze 35g, Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Domowe „belriso” z wiśniami na mleku - wyrób własny 100ml (zawiera mleko)
ŚRODA 17.12	Klasyczna jaglanka na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), przysmak Prosiaczka - malinowy twarożek 15g - wyrób własny (zawiera mleko), pyzdra szynkowa 15g, pomidor 10g, ogórek 10g	Aromatyczny krem pomidorowo paprykowy z pestkami dyni 250ml Owoc sezonowy 1szt	A'la carbonara z makaronem bezglutenowym, sosem beszamelowym z szynką i natką pietruszki 220g (zawiera mleko), warzywno trio na parze (kalafior, brokuł, marchew, olej rzepakowy) 70g Woda z miętą i cytryną 200ml	Mus warzywno owocowy z jogurtem naturalnym (truskawka, banan, wiśnia, burak) - wyrób własny 150ml (zawiera mleko)
CZWARTEK 18.12	Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), szynkowa z indyka 15g, domowa sałatka jarzynowa - wyrób własny 50g (zawiera jajka, gorczyca), pomidor 10g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabelany śmietaną 18% (zawiera mleko, seler) 250ml Mandarynka 1szt	Bezglutenowe pierogi z warzywami (soczewica, marchew, ziemniaki) i cebulką 180g, surówka z marchewki i jabłka (olej rzepakowy) 70g Zimowa lemoniada z pomarańczą, jabłkiem i imbirem - wyrób własny 200ml	NOWOŚĆ! Bezglutenowe świąteczne pierniczki z lukrem - wyrób własny 1szt
PIĄTEK 19.12	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), jajecznica na masle ze szczypiorkiem 40g (zawiera jaja, mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), rukola 5g, ogórek kiszony 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Domowy rosół z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki 250ml (zawiera seler) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowa ryba po grecku z warzywami (mintaj, marchew, pietruszka, przecier pomidorowy) 70/70g (zawiera ryba), ziemniaczki 120g, mizeria z jogurtem naturalnym 70g (zawiera mleko), Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Sok marchewkowy 100% 150ml Paluch kukurydziany 2szt

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 26.07.2016 r.

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

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

5.Pogrubiłą czcionką zaznaczono alergeny występujące w posiłkach zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Dania w jadtospisie 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.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

