

DIETA NISKI GLUTEN

Jadtospis

DATA: 02.02-06.02.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 02.02	Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), dżem malinowy 15g, polędwica delikatna 15g, ogórek 10g, sałata 10g	Zupa z soczewicy z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	A'la kaszotto (kasza gryczana) z kurczakiem, kukurydzą, cebulką, papryką i cukinią w sosie pomidorowym 120/100g, surówka z białej kapusty z ogórkiem kiszonym i natką pietruszki (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Maślanka truskawkowa 100ml (zawiera mleko)
WTOREK 03.02	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera gorczyca, soja), twarożek ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera mleko), ogórek kiszony 10g Herbata owocowa 200ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jaglaną, zabelana śmietaną 18%, ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Filet z piersi kurczaka w bezglutenowej panierce 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z kiszzonej kapusty 35g, fasolka szparagowa na parze 35g Woda z miętą i cytryną 200ml	Bułeczka bezglutenowa 1szt
ŚRODA 04.02	Mleko 3,5% w kartoniku 200ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty „dziurawiec” 15g (zawiera mleko), jajko ugotowane na twardo 1/2szt (zawiera jajka), rukola 5g, rzodkiew 10g	Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowe pierogi z mięsem i kleksem jogurtu naturalnego 180/50g (zawiera mleko), surówka z marchewki, jabłka i pora (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Sok pomarańczowy 100% 100ml Wafel kukurydziany 1szt
CZWARTEK 05.02	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta rybna z tuńczykiem, twarogiem, koperkiem i szczypiorkiem (zawiera ryby, mleko) – wyrób własny 15g, pyzdra szynkowa 15g, pomidor 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Ogórkowa z ryżem, zabelana śmietaną 18% i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Pałka kurczaka z chrupiącą skórką 70g, ziemniaczki 120g, surówka z buraczków i jabłka 35g (olej rzepakowy), brokuł na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Budyń waniliowy na mleku 100ml - wyrób własny (zawiera mleko)
PIĄTEK 06.02	Kasza jaglana na mleku (bez dodatku cukru) (zawiera mleko) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło (zawiera mleko) 10g, szynka od zduna 15g, różowa pasta z buraczkami na twarożku – wyrób własny 15g (zawiera mleko), roszponka 5g	Zupa dyniowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Makaron bezglutenowy z serem białym i polewą jagodowo truskawkową na jogurcie naturalnym (zawiera mleko) 120/100g, marchewka mini na parze 70g Lemoniada z cytryną i miętą 200ml	Bułka bezglutenowa z dżemem brzoskwiniowym 1szt/ 15g

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 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.Pogrubioną 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

Jadłospis

DATA: 09.02-13.02.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 09.02	Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera gorczyca, soja), powidła śliwkowe 15g, ogórek 10g, rukola 5g	Zupa jarzynowa z brokułem, ziemniakami i natką pietruszki zabelana śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Aromatyczne leczo z kielbaską śląską, pieczarkami, cebulką, papryką, cukinią i ryżem parabolicznym 100/120g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Buleczka bezglutenowa z serkiem wiejskim 1szt /30g (zawiera mleko)
WTOREK 10.02	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty „salami” 15g (zawiera mleko), hummus z ciecierzycy z suszonym pomidorem 15g - wyrób własny, sałata 10g Herbata owocowa 200ml	Rosół domowy z makaronem bezglutenowym z natką pietruszki i lubczykiem (zawiera seler) 250ml Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet pożarski (mięso drobiowe) 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka Colesław 35g (zawiera jaja, gorczyca), kalafior na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Mus owocowy (jabłko, gruszka, mango) z jogurtem naturalnym - wyrób własny 150g (zawiera mleko)
ŚRODA 11.02	Kasza kukurydziana na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (zawiera jaja, gorczyca) 15g – wyrób własny, pyzdra szynkowa 15g, pomidor 10g	Zupa krem z buraka i serem feta 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Makaron bezglutenowy z pomidorowym sosem bolognese i mięsem wieprzowym 120/100g, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, porem i koperkiem w sosie jogurtowym 70g (zawiera mleko) Woda z miętą i cytryną 200ml	Serek brzoskwiowy - wyrób własny 100g (zawiera mleko)
CZWARTEK 12.02	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), parówka z szynki 93% 1szt, keczup 5g, ser biały w kostce 15g (zawiera mleko), ogórek kiszony 10g, szczypiorek 5g Herbata malinowa 200ml	Zupa krupnik z kaszą gryczaną i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Pulpet rybny z dorsza z ryżem i koperkiem 70g (zawiera ryba, jajko), ziemniaczki 120g, mix sałat z pomidorem, kukurydzą i sosem winegret (oliwa z oliwek) 35g (zawiera gorczyca), warzywa na parze (kalafior, brokuł, marchewka) 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Koktajl z Gumijagód (jagoda, jabłko, burak, banan, mleko) 150ml - wyrób własny (zawiera mleko)
PIĄTEK 13.02	Płatki jaglane z żurawiną na mleku (bez dodatku cukru) (zawiera mleko) 180ml, pieczywo bezglutenowe 50g, masło (zawiera mleko) 10g, polędwica delikatna 15g, serek straciatella - wyrób własny (zawiera mleko, soja), roszonka 5g	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki, zabelana śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet jajeczny 70g (zawiera jajka), puree ziemniaczane 120g, surówka z czerwonej kapusty z marchewką i gruszką (olej rzepakowy) 70g Zimowa lemoniada z jabłkiem, pomarańczą i cynamonem 200ml	Walentynkowa bezglutenowa muffinka z jagodami 1szt - wyrób własny (zawiera mleko, jajka)

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

2.Jadłospisy 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 jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

5.Pogrubiłą 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.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk

