

DIETA NISKI GLUTEN

Jadtospis

DATA: 16.02-20.02.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 16.02	Mleko w kartoniku 3,5% 200ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera gorczyca, soja), polędwica delikatna 15g, rukola 5g, ogórek 10g	Jarzynowa z brokułem ziemniakami, zabieleną śmietaną 18%, ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Ryż z sosem słodko-kwaśnym z warzywami (marchew, cebula, ananas, koncentrat pomidorowy) i mięsem drobiowym 120/100g, kalafior na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Jogurt naturalny 100ml (zawiera mleko)
WTOREK 17.02	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), szynka od zduna 15g, twarożek ze szczypiorkiem 15g (zawiera mleko), pomidor 10g Herbata malinowa 200ml	Zupa krupnik z kaszą gryczaną i koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Filet z piersi kurczaka saute z sosem koperkowo śmietanowym 70/50g (zawiera mleko), ziemniaczki 120g, surówka z buraczków i jabłka (olej rzepakowy) 35g, surówka Coleslaw 35g (zawiera jajka, gorczyca) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Koktajl Siłacza z jagodami i płatkami jaglanymi na kefirze - wyrób własny 150ml (zawiera mleko)
ŚRODA 18.02	Kasza kukurydziana na mleku z sokiem malinowym 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), dżem malinowy 15g, serek śmietankowy do smarowania 15g - wyrób własny (zawiera mleko), roszponka 5g	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, por, ziemniaki, pietruszka) z bezglutenowymi grzankami 250ml Owoc sezonowy 1szt	Zapiekanka z makaronem bezglutenowym, sosem bolonese z mięsem wieprzowo drobiowym pod pierzynką z sera mozzarella 220g (zawiera mleko), mix sałat z ogórkiem, szczypiorkiem i sosem winegret (oliwa z oliwek) 70g (zawiera gorczyca), Woda z cytryną 200ml	Mus warzywno owocowy (banan, brzoskwinia, dynia) - wyrób własny 150g
CZWARTEK 19.02	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), jajecznica ze szczypiorkiem na masełku 40g (zawiera jajka, mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), ogórek kiszony 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa minestrone z warzywami (fasolka szparagowa, cukinia, biała fasola, pomidory, marchew), makaronem bezglutenowym i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet drobiowy z kalafiem 70g, puree ziemniaczane 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, jabłkiem, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 35g, brokuł na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Budyń czekoladowy na mleku 100ml - wyrób własny (zawiera mleko)
PIĄTEK 20.02	Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pyzdra szynkowa 15g, paprykarz rybny z dorsza z warzywami (pomidory, marchewka) (zawiera ryby) - wyrób własny 15g, pomidor 10g	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowe kopytka 180g, polewa wiśniowo truskawkowa na jogurcie naturalnym (zawiera mleko) 50ml, marchewka do chrupania 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Galaretka owocowa 100g

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 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

DIETA NISKI GLUTEN

Jadłospis

DATA: 23.02-27.02.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 23.02	Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180 ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty "salami" 15g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera gorczyca, soja), rzodkiewka 5g, ogórek 10g	Zupa kalafiorowa zabieleną śmietaną 18% z ziemniakami i natką pietruszki 250ml (zawiera mleko)	Klasyczny gulasz z mięsem wieprzowym, marchewką, cebulką i papryką, kasza gryczana 100/120g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Bułeczka bezglutenowa z dżemem malinowym 1szt/15g
WTOREK 24.02	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), serek wiejski 30g (zawiera mleko), szynka o zduna 15g, pomidor 10g, szczypiorek 5g Herbata owocowa 200ml	Ogórkowa zabieleną śmietaną 18% z ryżem i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Gyros drobiowy 70g, delikatny sos ziołowo-czosnkowy na jogurcie naturalnym 50g (zawiera mleko), puree ziemniaczane 120g, surówka z czerwonej kapusty i jabłka (olej rzepakowy) 35g, mix warzyw na parze (kalafior, brokuł, marchewka) 35g Woda z cytryną 200ml	Deser serniczek a la szarlotka z jabłkiem i cynamonem - wyrób własny 100g (zawiera mleko)
ŚRODA 25.02	Płatki kukurydziane na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta "Miętuś" (ser biały, ogórek, mięta) (zawiera mleko) - wyrób własny 15g, polędwica delikatna 15g, buraczek gotowany 10g	Zupa krem pomidorowo paprykowy z pestkami dyni 250ml	Bezglutenowe łazanki z kapustą, mięsem drobiowo wieprzowym i kiełbaską śląską 220g, marchewka mini na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Kisiel wiśniowy 150ml
CZWARTEK 26.02	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), truskawkowy twarożek - wyrób własny 15g (zawiera mleko), parówka z szynki 93% 1szt, keczup 5g, ogórek 10g, roszponka 5g Herbata malinowa 200ml	Domowy rosół z makaronem bezglutenowym i świeżym lubczykiem 250ml (zawiera seler)	Bezglutenowe paluszki rybne z dorsza 70g (zawiera ryba), ziemniaczki 120g, surówka z białej kapusty z kukurydzą, porem i koperkiem (olej rzepakowy) 35g, fasolka szparagowa na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Pudding jaglany z bananem na mleku - wyrób własny 100g (zawiera mleko)
PIĄTEK 27.02	Płatki jaglane z żurawiną na mleku (bez dodatku cukru) - wyrób własny 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera jaja, gorczyca), pomidor 10g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabieleną śmietaną 18% (zawiera mleko, seler) 250ml	NOWOŚĆ! Bezglutenowe kopytka z sosem szpinakowo śmietanowym i serem białym 140/80g (zawiera mleko), surówka z kapusty pekińskiej z papryką i jabłkiem (olej rzepakowy) 70g Zimowa lemoniada z pomarańczą i imbirem - wyrób własny 200ml	Bezglutenowe ciasto marchewkowe Króliczka 50g - wyrób własny (zawiera 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.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.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk