

DIETA NISKI GLUTEN

Jadłospis

DATA: 13.04-17.04.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 13.04	Kakao na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), polędwica delikatna 15g, dżem wiśniowy 15g, rukola 5g, marchewka do chrupania 10g	Jarzynowa z ziemniakami z brokułem, zabieleną śmietaną 18%, ze 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, surówka z białej kapusty z ananasem i natką pietruszki (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Bułeczka bezglutenowa z dżemem truskawkowym 1szt/15g
WTOREK 14.04	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasta rybna z tuńczyka z twarogiem, rzodkiewką i koperkiem - wyrób własny 15g (zawiera mleko, ryby), pyzdra szynkowa 15g, ogórek kiszony 10g Herbata owocowa 200ml	Zupa neapolitańska z makaronem bezglutenowym, serem mozzarellą i ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Nuggetsy z kurczaka panierowane w płatkach kukurydzianych 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka (olej rzepakowy) 35g, kalafior na parze 35g Woda z miętą i cytryną 200ml	Kisiel jabłkowy z cynamonem - wyrób własny 150ml
ŚRODA 15.04	Kasza kukurydziana na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera gorczyca, soja), ser żółty 15g (zawiera mleko), pomidor 10g, szczypiorek 5g	Zupa solferino (pomidory, groszek, marchewka) z ziemniakami i natką pietruszki, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Łazanki z makaronem bezglutenowym, kapustą, mięsem drobiowo wieprzowym i kiełbaską śląską 220g, marchewka mini na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Sok pomarańczowy 100% 100ml Bezglutenowe paluchy grissini 2szt
CZWARTEK 16.04	Bułka bezglutenowa 50g, masło 10g (zawiera mleko), przysmak Prosiaczka - malinowy twarożek 15g - wyrób własny (zawiera mleko), parówka z szynki 93% 1szt, keczup 5g, rzodkiewka 10g, roszonek 5g Herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa krupnik z kaszy gryczanej, z natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Pieczone udko trybowane z chrupiącą skórką 70g, ziemniaki 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, kukurydzą, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 35g, brokuł na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Kefir brzoskwiniowy - wyrób własny 100ml (zawiera mleko)
PIĄTEK 17.04	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), kiełbasa podsuszana 15g, pomidor 10g	Ogórkowa zabieleną śmietaną 18% z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowe kopytko z sosem szpinakowo śmietanowym i serem białym 140/80g (zawiera mleko), surówka z czerwonej i białej kapusty (olej rzepakowy) 70g Lemoniada z truskawką i miętą 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. alergenów.

2. Jadłospisy sporządzane są zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26.07.2016 r.

3. Prezentowane surówki bazują na olejach stonecznikowych, 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, gorczycę, 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: 20.04-24.04.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 20.04	Kubek ciepłego mleka 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), dżem brzoskwinowy 15g, ogórek 10g, mix sałat 10g	Zupa krem brokułowo cukiniowy z nasionami słonecznika 250ml Owoc sezonowy 1szt	Gulasz drobiowy z warzywami (fasolka szparagowa, marchewka, cebula), podany z kaszą gryczaną 100/120g, ogórek kiszony 70g Lemoniada jabłkowa z miętą - wyrób własny 200ml	Bułeczka bezglutenowa z masłem 1szt/5g (zawiera mleko)
WTOREK 21.04	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), polędwica delikatna 15g, twaróg w kostce 15g (zawiera mleko), roszponka 5g, pomidor 10g Herbata owocowa 200ml	Domowy rosół z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki 250ml (zawiera seler) Owoc sezonowy 1szt	Bezglutenowy kotlet mielony z łopatki wieprzowej 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z kiszonej kapusty (olej rzepakowy) 35g, warzywne trio na parze (kalafior, brokuł, marchew, olej rzepakowy) 35g Woda z cytryną 200ml	Domowe „belriso” z wiśniami na mleku - wyrób własny 100ml (zawiera mleko)
ŚRODA 22.04	Klasykna jaglanka na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), serek śmietankowy do smarowania z ziołami 15g - wyrób własny (zawiera mleko), pyzdra szynkowa 15g, rzodkiewka 10g, szczypiorek 5g	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, natką pietruszki zabieleny śmietaną 18% (zawiera mleko, seler) 250ml Owoc sezonowy 1szt	Gyros drobiowy 70g, delikatny sos ziołowo-czosnkowy na jogurcie naturalnym 50g (zawiera mleko), ryż paraboliczny 120g, surówka z kapusty pekińskiej z gruszką, porem i natką pietruszki (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Smoothie Witaminka (banan, jabłko, pomarańcza, imbir, woda) - wyrób własny 150ml
CZWARTEK 23.04	Pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), jajecznica ze szczypiorkiem na masetku 40g (zawiera jajka, mleko), ser żółty 15g (zawiera mleko), burak gotowany 10g, ogórek kiszony 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Mintaj saute z sosem koperkowo śmietanowym 70/50g (zawiera ryby, mleko), ziemniaczki 120g, surówka Coleslaw 35g (zawiera jaja, gorczyca), surówka z marchewki i selera (olej rzepakowy) 35g (zawiera seler) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Serek straciatella - wyrób własny 100g (zawiera mleko, soja)
PIĄTEK 24.04	Kawa z cykorii na mleku (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera mleko), pieczywo bezglutenowe 50g, masło 10g (zawiera mleko), szynka od zduna 15g, czekośliwka (kakao) - wyrób własny 15g, pomidor 10g, rukola 5g	Kalafiorowa zabieleną śmietaną 18% z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko) Owoc sezonowy 1szt	Spaghetti napoli z makaronem bezglutenowym i serem mozzarella 120/100g (zawiera mleko), mix sałat z ogórkiem, kukurydzą i sosem winogret (oliwa z oliwek) 70g (zawiera gorczyca) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Mus warzywno owocowy z jogurtem naturalnym (truskawka, banan, wiśnia, burak) - wyrób własny 150ml (zawiera mleko)

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 alergie lub reakcje 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.