

DIETA BEZMLECZNA

Jadłospis

DATA: 13.10-17.10.2025



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 13.10	Mleko owsiane 200ml (zawiera owies), pieczywo graham i pszenne 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenny, soja), ser żółty wege 15g, rukola 5g, ogórek 10g	Jarzynowa z brokułem, ziemniakami, zabelana śmietaną wege, ze świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Gyros drobiowy 70g, sos pomidorowo ziołowy 50g, ryż paraboliczny 120g, ogórek kiszony 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Wafle ryżowe z dżemem wiśniowym 1szt/ 10g
WTOREK 14.10	Pieczywo wieloziarniste i pszenne 50g (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny, sezam), masło roślinne 10g, szynka od zduna 15g, pasta rybna z tuńczykiem, fasolą i koperkiem (zawiera ryby) – wyrób własny 15g, papryka 10g, Herbata malinowa 200ml	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i koperkiem 250ml (zawiera gluten jęczmienny) Owoc sezonowy 1szt	Pieczeń rzymska z łopatki wieprzowej w sosie musztardowym 70/50g (zawiera gluten pszenny, jajka, gorczyca), ziemniaczki 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, kukurydzą, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 35g, surówka z czerwonej i białej kapusty 35g, Lemoniada cytrynowa z miętą - wyrób własny 200ml	Deser straciatella z bananami na jogurcie sojowym - wyrób własny 100g (zawiera soja)
ŚRODA 15.10	Płatki owsiane z żurawiną na mleku owsianym (bez dodatku cukru) - wyrób własny 180ml (zawiera owies), pieczywo żytnie i pszenne 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pasta mięsna z kurczaka ze szczypiorkiem - wyrób własny 15g, jajko ugotowane na twardo 1/2szt (zawiera jajka), pomidor 10g	Ogórkowa zabelana śmietaną wege z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Łazanki z łopatką wieprzową i kielbaską śląską (zawiera gluten pszenny) 220g, fasolka szparagowa na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Bułeczka drożdżowa z jabłkiem i brzoskwinia 1szt (zawiera gluten pszenny)
CZWARTEK 16.10	Bułka pszenna 50g (zawiera gluten pszenny), masło roślinne 10g, hummus (ciecierzyca) 15g - wyrób własny, pyzdra szynkowa 15g, ogórek 10g, buraczek gotowany 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa minestrone z warzywami (fasolka szparagowa, cukinia, biała fasola, pomidory, marchew), makaronem orzo i natką pietruszki 250ml (zawiera gluten pszenny) Owoc sezonowy 1szt	Filet z piersi kurczaka panierowany w bułce tartej 70g (zawiera gluten pszenny, jajka), puree ziemniaczane 120g, mizeria z sosem winegret (olej rzepakowy) 70g (zawiera gorczyca), kalafior na parze 35g, Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Budyń czekoladowy na mleku owsianym 100ml – wyrób własny (zawiera owies)
PIĄTEK 17.10 DZIEŃ OWOCÓW I WARZYW	Kubek ciepłego mleka owsianego (bez dodatku cukru) (zawiera owies) 180ml, pieczywo słonecznikowe i pszenne 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, NOWOŚĆ! pasta z dyni z suszonym pomidorem i słonecznikiem 15g, rosółka 5g	Zupa krem z białych warzyw (kalafior, por, ziemniaki, pietruszka) z chrupiącymi grzankami 250ml (zawiera gluten pszenny) Owoc sezonowy 1szt	Naleśniki z powidłami śliwkowymi 130g (1 duży) (zawiera gluten pszenny, jajka), polewa truskawkowa na śmietanie wege 50ml, marchewka do chrupania 70g Woda z cytryną 200ml	Mus owocowy z kaszą jagłą (banan, brzoskwinia) - wyrób własny 150g

1. W zakładzie produkcyjnym używamy się produktów zawierających gluten w związku z powyższym potrawy mogą zawierać śladowe ilości glutenu.

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 BEZMLECZNA

Jadłospis

DATA: 20.10-24.10.2025



T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 20.10	Kakao na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo pszenne i wieloziarniste 50g (zawiera gluten pszenney, żytni, jęczmienny, sezam), masło roślinne 10g, ser żółty wege 15g, dżem malinowy 15g, sałata 10g, ogórek 10g	Zupa kalafiorowa zabieleną śmietaną wege z ziemniakami i natką pietruszki 250ml Owoc sezonowy 1szt	Kopytka 180g (zawiera gluten pszenney, jaja), polewa jagodowo truskawkowa na śmietanie wege 50ml, surówka z marchewki z ananasem 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Bułeczka graham 1/2szt z miodem 10g (zawiera gluten pszenney)
WTOREK 21.10	Pieczywo słonecznikowe i pszenne 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, szynka od zduna 15g, dżem truskawkowy 15g, papryka 10g, rozspanka 5g Herbata owocowa 200ml	Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną wege 250ml Owoc sezonowy 1szt	Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy 70g (zawiera gluten pszenney, jajko), puree ziemniaczane 120g, surówka z ogórka kiszzonego i marchewki (olej rzepakowy) 35g, brokuł na parze 35g Woda z cytryną 200ml	NOWOŚĆ! Pudding jaglany z brzoskwinia na mleku owsianym - wyrób własny 100g (zawiera owies)
ŚRODA 22.10	Płatki kukurydziane na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo pszenne i razowe 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, pasta "Miętuś" (zielony groszek, mięta) - wyrób własny 15g, polędwica delikatna 15g, pomidor 10g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabieleną śmietaną wege (zawiera seler) 250ml Owoc sezonowy 1szt	Klasyczny gulasz z mięsem wieprzowym, marchewką, cebulką i papryką, kasza gryczana 100/120g, surówka z kapusty pekińskiej z papryką i jabłkiem (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczki i truskawki) 200ml	Galaretka owocowa 100ml
CZWARTEK 23.10	Bułka kajzerka 50g (zawiera gluten pszenney), masło roślinne 10g, pasta warzywna (fasola, pomidory, cukinia, papryka) - wyrób własny 30g, pyzdra szynkowa 10g, ogórek 10g, szczypiorek 5g Herbata malinowa 200ml	Domowy rosół z makaronem i świeżym lubczykiem 250ml (zawiera gluten pszenney, seler, jaja) Owoc sezonowy 1szt	Paluszki rybne z dorsza 2szt (zawiera ryba, gluten pszenney), ziemniaczki 120g, surówka z białej kapusty z kukurydzą, pore i koperkiem (olej rzepakowy) 35g, mix warzyw na parze (kalafior, brokuł, marchewka) 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Koktajl Siłacza z jagodami na mleku owsianym - wyrób własny 150ml (zawiera owies)
PIĄTEK 24.10	Kasza kukurydziana na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo graham i pszenne 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, ser żółty wege 15g, jajecznica na oleju rzepakowym ze szczypiorkiem 40g (zawiera jajka), pomidor 10g	Zupa krem z cukinii i brokuła z nasionami słonecznika 250ml Owoc sezonowy 1szt	NOWOŚĆ! Rozgrzewający dal z soczewicy z papryką, pomidorami, dynią, imbirem i kurkumą, podany z ryżem parabolicznym 100/120g, mix sałat z ogórkiem, szczypiorkiem i sosem winegret (oliwa z oliwek) 70g (zawiera gorczyca) Lemoniada cytrynowa z mięta - wyrób własny 200ml	Ciasto babuni ze śliwką - wyrób własny 50g (zawiera gluten pszenney, 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 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 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