

DIETA BEZMLECZNA

Jadłospis

DATA: 19.01-23.01.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 19.01	Kakao na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo graham i pszenne 50g (zawiera gluten pszenney, gluten żytni), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, pasztet pieczony 15g (zawiera gluten pszenney, soja), rukola 5g, ogórek kiszony 10g	Jarzynowa z ziemniakami z brokułem, zabieleną śmietaną wege, ze świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Gulasz drobiowy z warzywami (fasolka szparagowa, kalafior, cukinia, marchewka), podany z kaszą pęczak 100/120g (zawiera gluten jęczmienny), surówka Colesław 70g (zawiera jajka, gorczyca) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Buteczka drożdżowa z nadzieniem truskawkowym 1szt (zawiera gluten pszenney)
WTOREK 20.01	Pieczywo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenney, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 50g, masło roślinne 10g, pasta z soczewicy z suszonym pomidorem - wyrób własny 15g, pyzdra szynkowa 15g, papryka 10g, szczypiorek 5g Herbata owocowa 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną wege 250ml (zawiera gluten pszenney) Owoc sezonowy 1szt	Pieczone udko trybowane z chrupiącą skórą 70g, puree ziemniaczane 120g, surówka z buraczków i jabłka (olej rzepakowy) 35g, mix sałat z ogórkiem, kukurydzą i sosem winegret 35g (zawiera gorczyca) Woda z miętą i cytryną 200ml	Jogurt sojowy waniliowy 100g (zawiera soja)
ŚRODA 21.01	Kasza manna na mleku owsianym 180ml (zawiera owies, gluten pszenney), pieczywo ze słonecznikiem i pszenne 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, ser żółty wege 15g, dżem wiśniowy 15g, ogórek 10g, roszponka 5g	Zupa krem z dyni z ziołowymi grzankami 250ml (zawiera gluten pszenney) Owoc sezonowy 1szt	Klasyczne gołąbki z mięsem wieprzowym 160g (zawiera seler) i sosem pomidorowym 50ml, bułka pszenna 40g (zawiera gluten pszenney), marchewka mini na parze 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Smoothie Witaminka (banan, jabłko, pomarańcza, imbir, woda) - wyrób własny 150ml
CZWARTEK 22.01	Pieczywo pszenne i razowe 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, pasta rybna z tuńczyka z fasolą czerwoną i koperkiem - wyrób własny 15g (zawiera ryby), szynka od zduna 15g, pomidor 10g Herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa neapolitańska z makaronem zacierką, serem mozzarellą wege i ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera gluten pszenney, jaja) Owoc sezonowy 1szt	Nuggetsy z kurczaka panierowane w bułce tartej i płatkach kukurydzianych 70g (zawiera gluten pszenney, jaja), ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kiszonej kapusty (olej rzepakowy) 35g, kalafior na parze 35g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszek i aronii) 200ml	Kisiel jabłkowy z cynamonem - wyrób własny 100ml
PIĄTEK 23.01	Płatki kukurydziane na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo pszenne i żytnie 50g (zawiera gluten pszenney, żytni), masło roślinne 10g, jajecznicza ze szczypiorkiem na oleju rzepakowym 40g (zawiera jaja), pyzdra szynkowa 15g, ogórek 10g	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami, natką pietruszki zabieleną śmietaną wege (zawiera seler) 250ml Owoc sezonowy 1szt	Ryż z jabłkami i żurawiną 180g z polewą waniliową na śmietanie wege 50g, surówka z marchewki i ananasa (olej rzepakowy) 70g Lemoniada z cytryną i miętą - wyrób własny 200ml	Sok marchewkowo-jabłkowy 100% 150ml Paluchy chlebowe grissini 2szt (zawiera gluten pszenney)

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, 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: 26.01-30.01.2026

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	DESER
PONIEDZIAŁEK 26.01	Kakao na mleku owsianym 180ml (zawiera owies), pieczywo pszenne i razowe 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, ser żółty wege 15g, dżem brzoskwiniowy 15g, ogórek 10g, sałata 10g	Kalafiorowa zabelana śmietaną wege z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Delikatne chili con carne, mięso wieprzowe mielone, fasola czerwona, papryka, kukurydza, cebula w sosie pomidorowym, kasza gryczana 100/120g, surówka z białej kapusty z jabłkiem, porem i natką pietruszki (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Chątka z maselkiem roślinnym 2szt/5g (zawiera gluten pszenny)
WTOREK 27.01	Bułka graham 50g (zawiera gluten pszenny), masło roślinne 10g, polędwica delikatna 15g, dżem malinowy 15g, rozponka 5g, papryka 10g Herbata owocowa 200ml	Domowy rosół z makaronem i natką pietruszki 250ml (zawiera gluten pszenny, seler) Owoc sezonowy 1szt	Pulpeciki z mięsa drobiowego w sosie dyniowym 70/50g (zawiera jajko, gluten pszenny), puree ziemniaczane 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, kukurydzą, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 35g, fasolka szparagowa na parze 35g, Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Domowe „belriso” z wiśniami na mleku owsianym - wyrób własny 100ml (zawiera owies)
ŚRODA 28.01	Klasyczna jaglanka na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera owies), pieczywo pszenne i żytnie 50g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło roślinne 10g, pyzdra szynkowa 15g, pasta z groszku z ziołami 15g - wyrób własny, pomidor 10g, szczypiorek 5g	Ogórkowa zabelana śmietaną wege z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	A'la carbonara z makaronem penne, sosem beszamelowym na śmietanie wege z szynką i natką pietruszki 220g (zawiera gluten pszenny), warzywne trio na parze (kalafior, brokuł, marchew, olej rzepakowy) 70g, Woda z miętą i cytryną 200ml	Mus warzywno owocowy z jogurtem kokosowym (truskawka, banan, wiśnia, burak) - wyrób własny 150ml
CZWARTEK 29.01	Pieczywo pszenne i wieloziarniste (zawiera gluten pszenny, gluten żytni, gluten jęczmienny, sezam) 50g, masło roślinne 10g, jajko ugotowane na twardo 1/2szt (zawiera jajka), ser żółty wege 15g, pomidor 10g, ogórek kiszony 10g Herbata z owoców leśnych 200ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej, z natką pietruszki 250ml (zawiera gluten jęczmienny) Owoc sezonowy 1szt	Paluszki rybne z dorsza 2szt (zawiera ryba, gluten pszenny), ziemniaczki 120g, surówka z czerwonej i białej kapusty z marchewką (olej rzepakowy) 35g, mizeria z sosem winegret (oliwa z oliwek) 35g (zawiera gorczyca), Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Bułka weka z dżemem truskawkowym 1szt/10g (zawiera gluten pszenny)
PIĄTEK 30.01	Kawa zbożowa na mleku owsianym (bez dodatku cukru) 180ml (zawiera gluten żytni, jęczmienny, owies), pieczywo pszenne i słonecznikowe (zawiera gluten pszenny, żytni) 50g, masło roślinne 10g, szynka od zduna 15g, czekośliwka (kakao) - wyrób własny 15g, ogórek 10g, papryka 10g	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml Owoc sezonowy 1szt	Pierogi z truskawkami z polewą brzoskwiniową na śmietanie wege 180/50g (zawiera gluten pszenny), surówka z marchewki i selera (olej rzepakowy) 70g (zawiera seler) Zimowa lemoniada z cytryną, pomarańczą i imbirem 200ml	Szarlotka z jabłkami - wyrób własny 50g (zawiera gluten pszenny, 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 surowce 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, gorczyca, nasiona sezamu. Informujemy, że istnieje możliwość obecności wyżej wymienionych alergenów w produktach użytych do produkcji posiłków.

Sporządziła: mgr Natalia Lidwin - dietetyk