

DIETA WEGETARIAŃSKA

Jadłospis

DATA: 17.03-21.03.2025

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kakao na mleku 180 ml (zawiera mleko), pieczywo graham i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), ser żółty "salami" 15g (zawiera mleko), powidła śliwkowe 15g, marchewka do chrupania 10g, ogórek 10g	Jarzynowa z brokułem, ziemniakami, zabieleną śmietaną 18%, ze świeżym koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Aromatyczne rozgrzewające leczo z soczewicą, pieczarkami, cebulką, papryką, cukinią i ryżem parabolicznym 220g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Bułeczka drożdżowa z nadzieniem wiśniowym 1szt (zawiera gluten pszenny) Sok jabłkowy 100% 100ml Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Pieczywo wieloziarniste i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny, sezam), masło 10g (zawiera mleko), truskawkowy twarożek - wyrób własny 15g (zawiera mleko), szynka roślinna 15g, rzodkiew 10g, papryka 10g Herbata malinowa 200ml	Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki, zabieleną śmietaną 18% 250ml (zawiera mleko, gluten pszenny)	Kotlecik roślinny z fasoli 70g, ziemniaczki 120g, lekka surówka z kapustą pekińską, kukurydzą, marchewką i szczypiorkiem (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Deser serniczek z brzoskwinia - wyrób własny 100g (zawiera mleko) Wafel kukurydziany 1szt Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Płatki owsiane z żurawiną na mleku - wyrób własny 180ml (zawiera mleko, owies), pieczywo żytnie i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), ser żółty "dziurawiec" 15g (zawiera mleko), pasta z dyni i papryki - wyrób własny 15g, ogórek 10g, pomidor 10g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami, natką pietruszki zabieleny śmietaną 18% (zawiera mleko) 250ml	A'la carbonara z makaronem penne, sosem beszamelowym z ciecierzycą i natką pietruszki 220g (zawiera mleko, gluten pszenny), warzywne trio na parze (kalafior, brokuł, marchew, olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Kisiel truskawkowy 100ml Biskopity 2szt (zawiera gluten pszenny, jaja) Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Bułka graham 40g (zawiera gluten pszenny), masło 10g (zawiera mleko), serek śmietankowy do smarowania 15g - wyrób własny (zawiera mleko), szynka roślinna 15g, ogórek kiszony 10g, papryka 10g Herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa kalafiorowa zabieleną śmietaną 18% z ryżem i koperkiem 250ml (zawiera mleko)	Kotlet z zielonego groszku 70g, ziemniaczki z koperkiem 120g, surówka z kiszanej kapusty (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Czekoladowa kaszka manna na mleku - wyrób własny 100g (zawiera mleko, gluten pszenny) Paluchy kukurydziane 2szt Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK PIERWSZY DZIEŃ WIOSNY	Waniliowe mleko (zawiera mleko) 180ml, pieczywo słonecznikowe i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), szynka roślinna 15g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 15g - wyrób własny (zawiera jaja, gorczyca), rzodkiew 10g	Zupa krem z kukurydzy i marchewki z chrupiącymi grzankami 250ml (zawiera gluten pszenny)	Pampuchy 2szt (zawiera gluten pszenny, mleko, jaja), polewa jogurtowo truskawkowa (zawiera mleko) 50ml Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Wiosenny talerz warzyw (marchewka, papryka, ogórek) 50g Bułeczka chia ½ szt z masłem ziołowym - wyrób własny 5g (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny, sezam, mleko) Owoc sezonowy 1szt

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 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 WEGETARIAŃSKA

Jadtospis

DATA: 24.03-28.03.2025

T.M
Catering

	ŚNIADANIE	ZUPA	DRUGIE DANIE	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Kawa zbożowa na mleku 180ml (zawiera mleko, gluten jęczmienny, żytni), pieczywo pszenne i wieloziarniste 40g (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny, sezam), masło 10g (zawiera mleko), pasztet sojowy 15g (zawiera soja, gorczyca), ser żółty 15g (zawiera mleko), papryka 10g, ogórek 10g	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami i świeżym koperkiem 250ml	Ryż z sosem słodko-kwaśnym z warzywami (fasolka szparagowa, marchew, cebula, ananas, koncentrat pomidorowy) 120/100g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	Mleko w kartoniku 3,5% 200ml (zawiera mleko) Podpłomyki (wafle bez cukru) z dżemem brzoskwinowym 1szt/ 10g (zawiera gluten pszenny, mleko) Owoc sezonowy 1szt
WTOREK	Bułka kajzerka 40g (zawiera gluten pszenny), masło 10g (zawiera mleko), szynka roślinna 10g, serek wiejski 20g (zawiera mleko), pomidor 10g, rzodkiewka 10g Herbata owocowa 200ml	Jarski domowy rosół z makaronem i świeżym lubczykiem 250ml (zawiera gluten pszenny, seler, jaja)	Pulpecik z kaszy jaglanej i soczewicy 70g, puree ziemniaczane 120g, ogórek kiszony 70g Woda z cytryną 200ml	Koktajl Ufoludka (gruszka, banan, kiwi) na jogurcie naturalnym - wyrób własny (zawiera mleko) 100ml Paluchy kukurydziane 2szt Owoc sezonowy 1szt
ŚRODA	Zacierka na mleku 180ml (zawiera mleko, gluten pszenny, jaja), pieczywo pszenne i razowe 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), klasyczny gzik z rzodkiewką (zawiera mleko) - wyrób własny 15g, szynka roślinna 15g, papryka 10g	Krem z białych warzyw (kalafior, por, pietruszka, ziemniaki), zabelana śmietaną 18% z kulkami ciecierzycy (zawiera mleko) 250ml	A'la kaszotto (mix kasz - gryczana, pęczak) z marchewką, cebulką, kukurydzą, papryką i sosem pomidorowym 120/100g (zawiera gluten jęczmienny) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	NOWOŚĆ! Różowy mus warzywno owocowy (buraki, banany, truskawki) - wyrób własny 100g Wafel ryżowy 1szt Owoc sezonowy 1szt
CZWARTEK	Pieczywo razowe i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, żytni), masło 10g (zawiera mleko), szynka roślinna 15g, pasta z brokuła - wyrób własny 15g, pomidor 10g Herbata malinowa 200ml	Zupa ogórkowa z ryżem i świeżym koperkiem zabelana śmietaną 18% (zawiera mleko) 250ml	Kotlet sojowy a'la schabowy 70g (zawiera gluten pszenny, soja), ziemniaczki 120g, mizeria z jogurtem naturalnym 70g (zawiera mleko) Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, gruszki i aronii) 200ml	Budyń waniliowy na mleku 100ml - wyrób własny (zawiera mleko) Chlebek WASA 1szt (zawiera gluten pszenny, żytni, jęczmienny) Owoc sezonowy 1szt
PIĄTEK	Kasza kukurydziana na mleku 180ml (zawiera mleko), pieczywo słonecznikowe i pszenne 40g (zawiera gluten pszenny, gluten żytni), masło 10g (zawiera mleko), szynka roślinna 15g, pasta dyniowo marchewkowa - wyrób własny 15g, ogórek 10g	Zupa lekka grochówka z ziemniakami i koperkiem 250ml	NOWOŚĆ! Zapiekanka mac&cheese (makaron kolanka z sosem serowym) 220g (zawiera mleko, gluten pszenny), surówka z czerwoną i białą kapustą z jabłkiem (olej rzepakowy) 70g Kompot wieloowocowy (na bazie jabłka, śliwki, porzeczek i truskawki) 200ml	NOWOŚĆ! Ciasto czekoladowo pomarańczowe z daktylowym karmelem - wyrób własny 50g (zawiera mleko, gluten pszenny, jaja) Lemoniada z cytryną i miętą - wyrób własny 200ml Owoc sezonowy 1szt

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 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