

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Banan 1 szt	
	1 Banan	
2	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	6 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	7 Cukier	
	8 Sól	
	9 Natka pietruszki	
	10 Kucharek smak natury	
3	Budyń 200 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Budyń(MLE, GLU)	
	3 Cukier	
4	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
5	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
6	Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (MLE, GLU, JAJ, RYB)	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Cebula	
	6 Bazylia	
	7 Pieprz czarny mielony	
	8 Sól	
	9 Cytryna	
	10 Jaja(JAJ)	
7	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
8	Filet z indyka pieczony 80 g	
	1 Filet z indyka	
9	Filet z kurczaka w panierce panko 100 g (JAJ)	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Panierka panko	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Jaja(JAJ)	
	6 Przyprawa do kurczaka	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

10	Gulasz wieprzowy 180 g (GLU, SEL)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Pieczarki mrożone
	3	Papryka mrożona
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Sól
	9	Pieprz ziolowy
	10	Przyprawa do mięsa
11	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
12	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
13	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jajka(JAJ)
	3	Szczypiorek
14	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
15	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
16	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
17	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
18	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
19	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
20	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
21	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
22	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
23	Kisiel 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
24	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

25	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
26	Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(JAJ)
27	Krem z warzyw 400 ml (SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Kalafior
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Seler(SEL)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Gruszka
	8	Pestki słonecznika
	9	Natka pietruszki
	10	Imbir mielony
	11	Gałka muskatolowa
	12	Pieprz cytrynowy
	13	Sól
	14	Kucharek smak natury
28	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(GLU)
29	Makaron kokardki 140 g (GLU)	
	1	Makaron kokardki(GLU)
30	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
31	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
32	Mini muffiny 2 szt	
	1	Mini muffiny
33	Mus owocowo bananowy 200 g	
	1	Banan
	2	Truskawki mrożone
34	Mus truskawkowy 100 g	
	1	Truskawki mrożone
	2	Cukier
35	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
36	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
37	Palki z kurczaka pieczone 2 szt	
	1	Palki z kurczaka
	2	Sól
38	Papryka 30 g	
	1	Papryka

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

39	Paprykarz z marchewki diet. 80 g	
	1	Marchewka kostka mrożona
	2	Ryż
	3	Koncentrat pomidorowy
	4	Olej
	5	Sól
	6	Pieprz ziolowy
40	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Suszone pomidory
41	Pieczeń rzymska z pieczarkami 120 g (GLU, JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Pieczarki mrożone
	3	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	4	Olej
	5	Bułka tarta(GLU)
	6	Jaja(JAJ)
42	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)
43	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
44	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
45	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza
46	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
47	Pyszta schabowa 40 g	
	1	Pyszta schabowa
48	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
49	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
50	Sałata 10 g	
	1	Sałata
51	Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Kalafior
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Szynka konserwowa(GLU)
	4	Ser żółty wiórki 22,90% tł.(MLE)
	5	Majonez(JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
52	Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1	Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

53	Salatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)	
	1	Kielbasa szynkowa wędzona(GLU)
	2	Ziemniaki
	3	Ogórek kiszony
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cebula czerwona
	6	Musztarda(GOR)
	7	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	8	Szczypiorek
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
54	Salatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
55	Ser biały 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
56	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty 22,90% t.(MLE)
57	Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% t.(MLE)
58	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
59	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% t.(MLE)
	2	Szczypiorek
60	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 80 g (MLE, GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Śmietana 18% t.(MLE)
	3	Masło 83% t.(MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziółowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
61	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

62	Sos szpinakowo śmietanowy 60 g (MLE, GLU)	
	1	Szpinak mrożony
	2	Śmietana 18% tł.(MLE)
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Olej
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól
63	Sos z pomidorów pelati 60 g	
	1	Pomidory pelati
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziółowy
	7	Bazylija
	8	Sól
64	Sos ziółowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
65	Surówka kopenhaska 100 g (MLE, GOR)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
66	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Ogórek kiszony
	3	Marchewka
	4	Groszek konserwowy
	5	Cebula
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Sól
67	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Majonez(JAJ)
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

68	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
69	Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Marchewka
	5	Jabłka
	6	Majonez(JAJ)
	7	Cukier
	8	Sól
70	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
71	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
72	Surówka z rzepy białej 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
73	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
74	Szynka na kartki Nikpol 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
75	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
76	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
77	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
78	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Szczypiorek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

79	Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Jabłka
	3	Sól
	4	Olej
	5	Przyprawa do mięsa
80	Wieprzowina duszona 100 g	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Sól
81	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
82	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
83	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Kasza bulgur(GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Mąka pszenna(GLU)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Kucharek smak natury
	10	Cukier
84	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Makaron świderki(GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Cząber
	11	lubczyk
85	Zupa pomidorowo-dyniowa z zacierką 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Pomidory pelati
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Koncentrat pomidorowy
	7	Cukier
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Liść laurowy
	11	Ziele angielskie
	12	Cząber

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-04-02 do dnia 2024-04-10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

86	Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Ryż
	3	Marchewka kostka mrożona
	4	Pomidory pelati
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
	7	Przyprawa do mięsa
	8	Natka pietruszki
87	Zupa szpinakowa 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szpinak mrożony
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Mąka pszenna(GLU)
	7	Sól
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Kwasek cytrynowy
88	Zupa z ciecierzycy 500 ml (GLU, MWP, SEL)	
	1	Ciecierzycy konserwowa
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Ziemniaki
	4	Cebula
	5	Koncentrat pomidorowy
	6	Kielbasa podwawelska(GLU)
	7	Boczek wędzony(MWP)
	8	Sól
	9	Majeranek
	10	Pieprz czarny mielony
89	Zupa z soczewicy 500 ml (SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Soczewica
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek