

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz 200 g	
	1 Arbuz	
2	Banan 1 szt	
	1 Banan	
3	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
4	Botwina 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Boćwina	
	4 Włoszczyzna(SEL)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	7 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	8 Margaryna 80% tł.	
	9 Cukier	
	10 Sól	
	11 Koper	
	12 Natka pietruszki	
	13 Kucharek smak natury	
5	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
6	Buraczki 120 g (GLU, SEL)	
	1 Buraki	
	2 Mąka ziemniaczana	
	3 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cukier	
	6 Sól	
	7 Kwasek cytrynowy	
7	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
8	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
9	Dorsz panierowany 120 g (GLU, JAJ, RYB)	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Olej	
	3 Bułka tarta(GLU)	
	4 Mąka pszenna(GLU)	
	5 Sól	
	6 Jaja(JAJ)	
10	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
11	Fasolka gotowana 100 g	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

12	Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 80 g (MLE)	
	1	Filet z indyka
	2	Szpinak mrożony
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Olej
	5	Sól
13	Galaretka z borówkami 150 ml	
	1	Galaretka w proszku
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Cukier
14	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
15	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jaja(JAJ)
	3	Szczypiorek
16	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
17	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
18	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
19	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
20	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Sól
21	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
22	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
23	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
24	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
25	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
26	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

27	Kotlet pożarski z serem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Olej
	4	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(JAJ)
28	Kotlet schabowy z pieca diet. 70 g (GLU, JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(JAJ)
29	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(GLU)
30	Makaron kokardki 140 g (GLU)	
	1	Makaron kokardki(GLU)
31	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% t.(MLE)
32	Mini muffiny 2 szt	
	1	Mini muffiny
33	Mizeria 100 g (MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%t.(MLE)
	3	Śmietana 18% t.(MLE)
	4	Sól
34	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
35	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
36	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
37	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
38	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(GOR)
	4	Sól
39	Papryka 30 g	
	1	Papryka
40	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

41	Pieczeń rzymska z jajkiem 120 g (GLU, JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Olej
	4	Bułka tarta(GLU)
	5	Jajka(JAJ)
42	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (GLU, JAJ, MWP)	
	1	Pierogi z mięsem(GLU, JAJ, MWP)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Ślönina
43	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)
44	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
45	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
46	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
47	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
48	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
49	Sałata 10 g	
	1	Sałata
50	Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	
	1	Sałatka jarzynowa(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jablka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Jajka(JAJ)
	6	Sól
51	Sałatka ryżowa z kurczakiem, ananasem i kukurydzą 100 g (JAJ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Ryż
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Ananas konserwowy
	5	Majonez(JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
52	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
53	Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g	
	1	Schab b/k
	2	Pesto bazyliowe
	3	Kucharek smak natury
	4	Majeranek
54	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty 22,90% tł.(MLE)
55	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

56	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE)	
	1	Serek waniliowy President(MLE)
57	Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	2	Koper
58	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1	Sok jabłkowy bez cukru
59	Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól
60	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Śmietana 18% tł.(MLE)
	3	Masło 83% tł.(MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziółowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
61	Sos pieczeniowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
62	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
63	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

64	Surówka wielowarzynna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
65	Surówka z kapusty kiszonej młodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona młoda
	2	Olej
	3	Koper
66	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
67	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
68	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
69	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nipol
70	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
71	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
72	Truskawki 100 g	
	1	Truskawki
73	Twarożek chrzanowy 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tt.(MLE)
	2	Chrzan
	3	Jogurt naturalny 2%tt.(MLE)
	4	Sól
	5	Koper
74	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tt.(MLE)
	2	Oliwki krojone
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
75	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

76	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
77	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
78	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
79	Zupa jarzynowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Makaron łazanki(GLU, JAJ)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
80	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Kalafior
	3	Kasza jęczmienna(GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
81	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ser topiony 27% tł.(MLE)
	2	Makaron świderki(GLU)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
82	Zupa pieczarkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Pieczarki mrożone
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-11 do dnia 2024-06-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

83	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ryż
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
	9	lubczyk
	10	Cząber
84	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Seler(SEL)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
85	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą jaglaną 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Fasolka szparagowa zielona
	2	Kasza jaglana
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
86	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, MWP, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Włoszczyzna(SEL)
	6	Boczek wędzony(MWP)
	7	Marchew talarki mrożona
	8	Masło roślinne 80% tł.
	9	Natka pietruszki
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Sól
	12	Liść laurowy
	13	lubczyk
	14	Ziele angielskie
87	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(GLU)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Majeranek
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól