

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 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	<b>Botwina 400 ml (MLE, GLU, SEL)</b>	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Boćwina	
	4 Włoszczyzna(SEL)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	7 Śmietana 18% t.(MLE)	
	8 Margaryna 80% t.	
	9 Cukier	
	10 Sól	
	11 Koper	
	12 Natka pietruszki	
	13 Kucharek smak natury	
4	<b>Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
5	<b>Chleb pszenny 100 g (GLU)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
6	<b>Chleb razowy 50 g (GLU)</b>	
	1 Chleb razowy(GLU)	
7	Drożdżówka z serem 1 szt	
	1 Drożdżówka z serem	
8	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
9	<b>Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 120 g (JAJ, SEL)</b>	
	1 Udziec z kurczaka b/k, b/s	
	2 Kapusta biała	
	3 Pomidory pelati	
	4 Włoszczyzna(SEL)	
	5 Ryż	
	6 Cebula	
	7 Olej	
	8 Marchewka	
	9 Sól	
	10 Pieprz czarny mielony	
	11 Jaja(JAJ)	
10	Herbata z cukrem 250 ml	
	1 Cukier	
	2 Herbata ekspresowa	
11	Jabłko 1 szt	
	1 Jabłka	
12	<b>Jogurt naturalny 1 szt (MLE)</b>	
	1 Jogurt naturalny 2% t.(MLE)	
13	<b>Jogurt owocowy 1 szt (MLE)</b>	
	1 Jogurt owocowy 1,6% t.(MLE)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

14	<b>Kakao 250 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
15	Kapusta biała zasmażana z koperkiem 120 g	
	1	Kapusta biała
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koper
	4	Sól
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
16	<b>Kapusta biała zasmażana z pomidorami pelati 120 g (GLU)</b>	
	1	Kapusta biała
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Olej
	6	Cebula
	7	Sól
	8	Liść laurowy
	9	Ziele angielskie
17	<b>Kasza bulgur 140 g (GLU)</b>	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
18	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
19	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
20	<b>Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
21	<b>Kefir 1 szt (MLE)</b>	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
22	Kisiel 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
23	<b>Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
24	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
25	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

26	<b>Kotlet mielony wieprzowy z pieca 120 g ( GLU, JAJ)</b>	
	1	Łopátka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Olej
	5	Sól
	6	Oregano
	7	Zióła prowansalskie
	8	Majeranek
	9	Jaja(JAJ)
	10	Pieprz czarny mielony
27	<b>Krucze ciastka 60 g (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Krucze ciastka(MLE, GLU, JAJ)
28	<b>Łopátka z pietruszką 40 g (GLU)</b>	
	1	Łopátka z pietruszką(GLU)
29	<b>Makaron spaghetti 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron spaghetti(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
30	<b>Masło 10 g (MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
31	<b>Melon Kantalupe 100 g</b>	
	1	Melon Kantalupe
32	<b>Mizeria 100 g (MLE)</b>	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Sól
33	<b>Mizeria z koperkiem 100 g (MLE)</b>	
	1	Ogórek zielony
	2	Śmietana 18% tł.(MLE)
	3	Koper
	4	Sól
34	<b>Morele 2 szt</b>	
	1	Morele
35	<b>Mus truskawkowy 200 g</b>	
	1	Truskawki mrożone
	2	Cukier
36	<b>Nektarynka 1 szt</b>	
	1	Nektarynka
37	<b>Ogórek 30 g</b>	
	1	Ogórek zielony
38	<b>Ogórek kiszony 30 g</b>	
	1	Ogórek kiszony
39	<b>Ogórek małosolny 100 g</b>	
	1	Ogórek małosolny
40	<b>Papryka 30 g</b>	
	1	Papryka
41	<b>Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g ( JAJ)</b>	
	1	Szprotki
	2	Majonez(JAJ)
	3	Koper
	4	Jaja(JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

42	<b>Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g ( MLE, JAJ)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(JAJ)
43	<b>Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Kurczak wędzony(GLU)
	2	Twaróg 4% tł.(MLE)
	3	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	4	Papryka
	5	Majonez(JAJ)
	6	Natka pietruszki
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
44	<b>Pasta z zielonego groszku i sera 80 g ( MLE, JAJ)</b>	
	1	Groszek konserwowy
	2	Twaróg 4% tł.(MLE)
	3	Ser żółty 22,90% tł.(MLE)
	4	Papryka
	5	Majonez(JAJ)
	6	Ziarno słonecznika
	7	Natka pietruszki
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Sól
45	<b>Pieczeń rzymska z pieczarkami 120 g ( GLU, JAJ)</b>	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Pieczarki mrożone
	3	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	4	Olej
	5	Bułka tarta(GLU)
	6	Jaja(JAJ)
46	<b>Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g ( GLU, JAJ, MWP)</b>	
	1	Pierogi z mięsem(GLU, JAJ, MWP)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Słonina
47	<b>Pierś z kurnej półki 50 g ( GLU)</b>	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)
48	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
49	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml ( MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
50	Połędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Połędwica z piersi indyka Lukosz
51	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
52	<b>Pyzdra szynkowa 40 g ( GLU)</b>	
	1	Pyzdra szynkowa(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

53	<b>Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL)</b>	
	1	Makaron nitki(GLU)
	2	Ćwiartka z kurczaka
	3	Pietruszka
	4	Seler(SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Przyprawa do mięsa
	11	Pieprz czarny mielony
	12	lubczyk
	13	Cząber
54	<b>Ryż na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
55	<b>Rzodkiewka 15 g</b>	
	1	Rzodkiewka
56	<b>Salata 10 g</b>	
	1	Salata
57	<b>Salatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)</b>	
	1	Kiełbasa szynkowa wędzona(GLU)
	2	Ziemniaki
	3	Ogórek kiszony
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cebula czerwona
	6	Musztarda(GOR)
	7	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	8	Szczypiorek
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
58	<b>Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem, ananasem i żurawiną suszoną 100 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Kurczak wędzony(GLU)
	2	Ryż
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Ananas konserwowy
	5	Majonez(JAJ)
	6	Żurawina suszona
	7	Koper
	8	Sól
59	<b>Schab na kartki 40 g</b>	
	1	Schab na kartki
60	<b>Ser żółty 40 g (MLE)</b>	
	1	Ser żółty 22,90% tł.(MLE)
61	<b>Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)</b>	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
62	<b>Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)</b>	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

63	<b>Sos boloński wieprzowy 200 g ( MLE, GLU, SEL )</b>	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
64	<b>Sos jarzynowy 60 g ( GLU, SEL )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Margaryna 80% t.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziolowy
	8	Sól
65	<b>Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( MLE, GLU )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Śmietana 18% t.(MLE)
	3	Masło 83% t.(MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziolowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
66	<b>Sos majerankowy 60 g ( GLU )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% t.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziolowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
67	<b>Sos pieczeniowy 60 g ( GLU )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
68	<b>Sos z pomidorów pelati 60 g</b>	
	1	Pomidory pelati
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Masło roślinne 80% t.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziolowy
	7	Bazylia
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

69	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
70	Surówka z ogórka i pomidora 100 g	
	1	Pomidor
	2	Ogórek zielony
	3	Cebula
71	<b>Surówka z pietruszki z brzoskwinia 100 g (MLE)</b>	
	1	Pietruszka
	2	Brzoskwinie konserwowe
	3	Jogurt grecki litr 10%t.(MLE)
	4	Cukier
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
	7	Kwasek cytrynowy
72	Surówka z pomidora z cebulą 100 g	
	1	Pomidor
	2	Olej
	3	Cebula
	4	Sól
73	<b>Szynka bankietowa 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
74	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
75	<b>Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
76	<b>Szynka z indyka 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
77	<b>Twarożek 80 g (MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
78	<b>Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Szczypiorek
79	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
80	Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Jabłka
	3	Majeranek
	4	Sól
	5	Olej
81	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

82	<b>Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
83	<b>Ziemniaki 60 g</b>	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
84	<b>Zraz schabowy z szynką 120 g (GLU, GOR)</b>	
	1	Schab b/k
	2	Szynka konserwowa(GLU)
	3	Cebula
	4	Ogórek kiszony
	5	Musztarda(GOR)
	6	Olej
	7	Mąka pszenna(GLU)
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
85	<b>Zupa brukselkowa 400 ml (MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Brukselka
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Czosnek granulowany
	10	Gałka muszkatołowa
	11	Ocet winny
	12	lubczyk
86	<b>Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
87	<b>Zupa jarzynowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)</b>	
	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



**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B**

88	<b>Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 400 ml ( GLU, SEL)</b>	
	1	Kasza jęczmienna( <i>GLU</i> )
	2	Włoszczyzna( <i>SEL</i> )
	3	Ćwiartka z kurczaka
	4	Koper
	5	Kucharek smak natury
	6	Natka pietruszki
	7	Sól
89	<b>Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml ( MLE, GLU, SEL)</b>	
	1	Ser topiony 27% tł.( <i>MLE</i> )
	2	Makaron świderki( <i>GLU</i> )
	3	Włoszczyzna( <i>SEL</i> )
	4	Śmietana 18% tł.( <i>MLE</i> )
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
90	<b>Zupa pieczarkowa 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Pieczarki mrożone
	3	Włoszczyzna( <i>SEL</i> )
	4	Śmietana 18% tł.( <i>MLE</i> )
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
91	<b>Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna( <i>SEL</i> )
	4	Śmietana 18% tł.( <i>MLE</i> )
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
92	<b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Włoszczyzna( <i>SEL</i> )
	4	Śmietana 18% tł.( <i>MLE</i> )
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól