

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 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	Borówka amerykańska 100 g	
	1 Borówka amerykańska	
5	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	
6	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
7	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	
8	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
9	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
10	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g (MLE)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	2 Banan	
	3 Kakao	
11	Drożdżówka z serem 1 szt	
	1 Drożdżówka z serem	
12	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
13	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	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

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% t.(MLE)
17	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% t.(MLE)
18	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% t.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
19	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% t.
	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% t.(MLE)
	2	Kasza jaglana
22	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% t.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
23	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% t.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
24	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% t.(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
27	Kotlet pożarski z serem 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
	4	Natka pietruszki
	5	Jaja(JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

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	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)
35	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
36	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
37	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
38	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
39	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(GOR)
	4	Sól
40	Papryka 30 g	
	1	Papryka
41	Pasta z makreli 80 g (MLE, JAJ, RYB)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Makrela wędzona(RYB)
	3	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	4	Majonez(JAJ)
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(JAJ)
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
42	Pieczeń rzymska z jajkiem 120 g (GLU, JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Olej
	4	Bułka tarta(GLU)
	5	Jaja(JAJ)
43	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

44	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
45	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
46	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Lukosz
47	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
48	Pulpet rybny 80 g (GLU, JAJ, RYB)	
	1	Dorsz(RYB)
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	4	Kasza manna(GLU)
	5	Olej
	6	Sól
	7	Pieprz ziółowy
	8	Jaja(JAJ)
49	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
50	Rogalik maślany 1 szt	
	1	Rogal maślany
51	Rolada schabowa ze szpinakiem 120 g	
	1	Schab b/k
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziółowy
52	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
53	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
54	Sałata 10 g	
	1	Sałata
55	Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	
	1	Sałatka jarzynowa(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Jaja(JAJ)
	6	Sól
56	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

57	Schab na kartki 40 g	
	1 Schab na kartki	
58	Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g	
	1 Schab b/k	
	2 Pesto bazyliowe	
	3 Kucharek smak natury	
	4 Majeranek	
59	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1 Serek homogenizowany szt.(MLE)	
60	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE)	
	1 Serek waniliowy President(MLE)	
61	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1 Serek wiejski 5% tł.(MLE)	
	2 Koper	
62	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1 Sok jabłkowy bez cukru	
63	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 ziołowy	
	8 Sól	
64	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Truskawki mrożone	
65	Sos majerankowy 60 g (GLU)	
	1 Mąka pszenna(GLU)	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Ziele angielskie	
	4 Pieprz ziołowy	
	5 Liść laurowy	
	6 Majeranek	
	7 Sól	
66	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	
67	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1 Pietruszka	
	2 Mąka pszenna(GLU)	
	3 Olej	
	4 Liść laurowy	
	5 Ziele angielskie	
	6 Pieprz ziołowy	
	7 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

68	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	Bazyliã
	8	Sól
69	Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona młoda
	2	Olej
	3	Koper
70	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
71	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
72	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
73	Surówka z sałaty i pomidora 100 g	
	1	Pomidor
	2	Sałata
	3	Olej
	4	Cebula
	5	Sól
74	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
75	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
76	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
77	Szynkowa extra 40 g	
	1	Szynkowa extra Szuster
78	Twarożek chrzanowy 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Chrzã
	3	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	4	Sól
	5	Koper

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

79	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Oliwki krojone
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
80	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Rzodkiewka
	3	Szczypiorek
81	Udźziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
82	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
83	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% t.
	4	Sól
	5	Koper
84	Zupa brukselkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Brukselka
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% t.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Czosnek granulowany
	10	Gałka muszkatołowa
	11	Ocet winny
	12	lubczyk
85	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% t.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Imbir mielony
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Cukier
	10	Sól
	11	Czosnek granulowany
86	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Kalafior
	3	Kasza jęczmienna(GLU)
	4	Śmietana 18% t.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

87	Zupa koperkowa z kasza jaglaną 400 ml (SEL)	
	1	Kasza jaglana
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Ćwiartka z kurczaka
	4	Koper
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
88	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
89	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Ogórek kiszony
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
90	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
91	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

92	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	