

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 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	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
3	Borówka amerykańska 100 g	
	1 Borówka amerykańska	
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	Chleb chrupki kukurydziano-ryżowy 20 g	
	1 Pieczywo chrupkie kuk/ryż	
6	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
7	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
8	Ciasto drożdżowe 60 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Ciasto drożdżowe(MLE, GLU, JAJ)	
9	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g (MLE)	
	1 Banan	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	3 Kakao	
10	Drożdżówka z dżemem 1 szt	
	1 Drożdżówka z dżemem	
11	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
12	Filet z indyka w panierce panko 100 g (JAJ)	
	1 Filet z indyka	
	2 Panierka panko	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Jajka(JAJ)	
	6 Przyprawa do kurczaka	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 120 g (JAJ, SEL)	
	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)
14	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
15	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
16	Hummus 80 g	
	1	Hummus klasyczny
17	Jabko 1 szt	
	1	Jablka
18	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jaja(JAJ)
	3	Szczypiorek
19	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
20	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
21	Jogurt z żurawiną, suszonym bananem i orzechami 150 g (MLE)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Chipsy bananowe
	3	Żurawina suszona
	4	Orzechy nerkowca
22	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
23	Karkówka pieczona w sosie miodowo-musztardowym 100 g (GOR)	
	1	Karkówka
	2	Miód
	3	Musztarda(GOR)
	4	Sól
	5	Olej
	6	Przyprawa do mięsa
24	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
25	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid Podstawowa Dzieci 1B

26	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
27	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
28	Kisiel z jagodami 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
	3	Jagoda mrożona
29	Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
30	Koktajl brzoskwiowo-marchewkowy 200 g	
	1	Sok pomarańczowy
	2	Pulpa mango
	3	Brzoskwinie mrożona kostka
	4	Jabłko prażone
	5	Marchewka kostka mrożona
31	Koktajl sernikowy z malinami 200 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	3	Malina mrożona
	4	Cukier
	5	Wiórki kokosowe
	6	Mięta
32	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
33	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
34	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 120 g (GLU, JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Sól
	7	Oregano
	8	Ziela prowansalskie
	9	Majeranek
	10	Jaja(JAJ)
	11	Pieprz czarny mielony
35	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(GLU)
36	Makaron spaghetti 140 g (GLU)	
	1	Makaron spaghetti(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
37	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

38	Mini muffiny 2 szt	
	1 Mini muffiny	
39	Mini sucharki pełnoziarniste 20 g	
	1 Mini sucharki	
40	Mizeria 100 g (MLE)	
	1 Ogórek zielony	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	3 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	4 Sól	
41	Mus truskawkowy 200 g	
	1 Truskawki mrożone	
	2 Cukier	
42	Mus truskawkowy z jogurtem posypany płatkami migdałowymi 100 ml (MLE)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	2 Truskawki mrożone	
	3 Cukier	
	4 Płatki migdałowe	
43	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
44	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
45	Ogórek małosolny 100 g	
	1 Ogórek małosolny	
46	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
47	Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ)	
	1 Szprotki	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Koper	
	4 Jaja(JAJ)	
48	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (MLE, JAJ)	
	1 Twaróg 4% tł.(MLE)	
	2 Jabłka	
	3 Pestki słonecznika	
	4 Majonez(JAJ)	
	5 Koper	
	6 Sól	
	7 Pieprz czarny mielony	
	8 Jaja(JAJ)	
49	Pierogi z serem II 220 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Pierogi z serem(MLE, GLU, JAJ)	
50	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)	
51	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
52	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	
53	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1 Polędwica z piersi indyka Łukosz	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid Podstawowa Dzieci 1B

54	Polędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g	
	1	Polędwiczka wieprzowa
	2	Jablka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Przyprawa do mięsa
	6	Majeranek
55	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
56	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)
57	Pyzdra szynkowa 40 g (GLU)	
	1	Pyzdra szynkowa(GLU)
58	Rogalik maślany 1 szt	
	1	Rogal maślany
59	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL)	
	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
60	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
61	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
62	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
63	Salata 10 g	
	1	Salata
64	Salatka 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 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

65	Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem, ananase i żurawiną suszoną 100 g (GLU, JAJ)	
	1	Kurczak wędzony(<i>GLU</i>)
	2	Ryż
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Ananas konserwowy
	5	Majonez(<i>JAJ</i>)
	6	Żurawina suszona
	7	Koper
	8	Sól
66	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
67	Ser mozzarella 40 g (MLE)	
	1	Ser mozzarella(<i>MLE</i>)
68	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty 22,90% tł.(<i>MLE</i>)
69	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(<i>MLE</i>)
70	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE)	
	1	Serek waniliowy President(<i>MLE</i>)
71	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1	Sok jabłkowy bez cukru
72	Sos boloński wieprzowy 200 g (MLE, GLU, SEL)	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	5	Mąka pszenna(<i>GLU</i>)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki 22,90% tł.(<i>MLE</i>)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
73	Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	
	1	Mąka pszenna(<i>GLU</i>)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziołowy
	8	Sól
74	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU)	
	1	Mąka pszenna(<i>GLU</i>)
	2	Śmietana 18% tł.(<i>MLE</i>)
	3	Masło 83% tł.(<i>MLE</i>)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziołowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

75	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
76	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	Bazyliia
	8	Sól
77	Surówka collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
78	Surówka z kapusty kiszzonej mlodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona mloda
	2	Olej
	3	Koper
79	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytynowy
80	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
81	Surówka z pomidora z cebulą 100 g	
	1	Pomidor
	2	Olej
	3	Cebula
	4	Sól
82	Surówka z salaty i pomidora 100 g	
	1	Pomidor
	2	Salata
	3	Olej
	4	Cebula
	5	Sól
83	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

84	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
85	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
86	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
87	Szynkowa extra 40 g	
	1	Szynkowa extra Szuster
88	Śliwki 130 g	
	1	Śliwki
89	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Rzodkiewka
	3	Szczypiorek
90	Twarożek z ziołami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Rukola
	3	Koper
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	5	Natka pietruszki
	6	Bazylija
	7	Zioła prowansalskie
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
91	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
92	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
93	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
94	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
95	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
96	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

97	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 400 ml (SEL)	
	1	Kasza jaglana
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Ćwiartka z kurczaka
	4	Koper
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
98	Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Ćwiartka z kurczaka
	4	Koper
	5	Kucharek smak natury
	6	Natka pietruszki
	7	Sól
99	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
100	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
101	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
102	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

103	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
1	Ziemniaki	
2	Fasolka szparagowa zielona	
3	Włoszczyzna(SEL)	
4	Śmietana 18% tł.(MLE)	
5	Ćwiartka z kurczaka	
6	Natka pietruszki	
7	Kucharek smak natury	
8	Sól	