

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
			Składniki		
1	Receptura	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, GLU, SEL, STR)			
		1 Ziemniaki			
		2 Buraki			
		3 Włoszczyzna (SEL)			
		4 Ćwiartka z kurczaka			
		5 Kapusta biała			
		6 Fasola biała (STR)			
		7 Barszcz czerwony koncentrat (GLU, SEL)			
		8 Śmietana 18% t. (MLE)			
		9 Cukier			
		10 Sól			
		11 Natka pietruszki			
		12 Kucharek smak natury			
2	Receptura	Brukselka 120 g			
		1 Brukselka			
		2 Margaryna 80% t.			
		3 Sól			
3	Receptura	Buraczki 120 g (GLU, SEL)			
		1 Buraki			
		2 Mąka pszenna (GLU)			
		3 Barszcz czerwony koncentrat (GLU, SEL)			
		4 Masło roślinne 80% t.			
		5 Cukier			
		6 Sól			
		7 Kwasek cytrynowy			
4	Receptura	Chleb pszenny 100 g (GLU)			
		1 Chleb barowy 600g (GLU)			
5	Receptura	Chleb razowy 50 g (GLU)			
		1 Chleb razowy (GLU)			
6	Receptura	Dżem szt 1 szt			
		1 Dżem porcjowany			
7	Receptura	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			
8	Receptura	Herbata z cukrem 250 ml			
		1 Cukier			
		2 Herbata ekspresowa			
9	Receptura	Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ)			
		1 Jogurt naturalny 2%t. (MLE)			
		2 Jaja (JAJ)			
		3 Koper			

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
		Składniki		
10	Receptura	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ)		
		1 Majonez (JAJ)		
		2 Jaja (JAJ)		
		3 Koper		
11	Receptura	Jarzynki po grecku 100 g (SEL)		
		1 Włoszczyzna (SEL)		
		2 Koncentrat pomidorowy		
		3 Olej		
		4 Cukier		
		5 Sól		
		6 Ziele angielskie		
		7 Liść laurowy		
12	Receptura	Kakao 250 g (MLE, GLU)		
		1 Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2 Cukier		
		3 Kakao (GLU)		
13	Receptura	Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g		
		1 Karkówka		
		2 Pesto rosso		
		3 Sól		
		4 Olej		
		5 Przyprawa do mięsa		
14	Receptura	Kartacze z mięsem 3 szt (GLU)		
		1 Cebula		
		2 Ślonina		
		3 Kartacze z mięsem (GLU)		
		4 Olej		
		5 Sól		
15	Receptura	Kasza bulgur 140 g (GLU)		
		1 Kasza bulgur (GLU)		
		2 Margaryna 80% tł.		
		3 Sól		
16	Receptura	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)		
		1 Kasza jęczmienna (GLU)		
		2 Sól		
17	Receptura	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)		
		1 Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2 Kasza manna (GLU)		
18	Receptura	Kasza pęczak 220 g (GLU)		
		1 Kasza pęczak (GLU)		
		2 Sól		
19	Receptura	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)		
		1 Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2 Cukier		
		3 Kawa inka (GLU)		
20	Receptura	Kompot owocowy 250 ml		
		1 Mieszanka kompotowa		
		2 Cukier		
		3 Aronia mrożona		
		4 Czerwona porzeczka mrożona		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
			Składniki		
21	Receptura	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU, MWP, SEL)			
		1	Łopatka z pietruszką (GLU, MWP, SEL)		
22	Receptura	Marchewka talarki z natką 100 g			
		1	Marchew talarki mrożona		
		2	Masło roślinne 80% tł.		
		3	Sól		
		4	Natka pietruszki		
23	Receptura	Masło 10 g (MLE)			
		1	Masło 83% tł. (MLE)		
24	Receptura	Nuggetsy z mintaja 85 g			
		1	Nuggetsy z Mintaja		
25	Receptura	Ogórek 30 g			
		1	Ogórek zielony		
26	Receptura	Ogórek kiszony 30 g			
		1	Ogórek kiszony		
27	Receptura	Papryka 30 g			
		1	Papryka		
28	Receptura	Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ)			
		1	Szprotki		
		2	Majonez (JAJ)		
		3	Koper		
		4	Jaja (JAJ)		
29	Receptura	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (MLE, GLU, JAJ)			
		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		
30	Receptura	Piersz z kurnej półki 50 g (GLU)			
		1	Piersz z kurnej półki Cedrob I (GLU)		
31	Receptura	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Płatki jęczmienne (GLU)		
32	Receptura	Pomidor 30 g			
		1	Pomidor		
33	Receptura	Pulpet drobiowy 80 g (GLU, JAJ)			
		1	Udziec z kurczaka b/k, b/s		
		2	Bułka tarta (GLU)		
		3	Sól		
		4	Jaja (JAJ)		
34	Receptura	Ryż 140 g			
		1	Ryż		
		2	Margaryna 80% tł.		
		3	Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
35	Receptura	Ryż na mleku 350 g (MLE)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Ryż		
		3	Cukier		
		4	Sól		
36	Receptura	Rzodkiewka 15 g			
		1	Rzodkiewka		
37	Receptura	Sałata 10 g			
		1	Sałata		
38	Receptura	Sałatka brokułowa z jajkiem 80 g (JAJ)			
		1	Brokuły mrożone		
		2	Pomidor		
		3	Majonez (JAJ)		
		4	Pestki słonecznika		
		5	Kukurydza konserwowa		
		6	Jaja (JAJ)		
39	Receptura	Sałatka szwabska 100 g (MLE, JAJ, GOR)			
		1	Kielbasa szynkowa wędzona		
		2	Ziemniaki		
		3	Ogórek kiszony		
		4	Majonez (JAJ)		
		5	Cebula czerwona		
		6	Musztarda (GOR)		
		7	Jogurt naturalny 2%tł. (MLE)		
		8	Szcypiorek		
		9	Sól		
		10	Pieprz czarny mielony		
40	Receptura	Schab na kartki 40 g (GLU, MWP, SEL)			
		1	Schab na kartki (GLU, MWP, SEL)		
41	Receptura	Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (MWP)			
		1	Schab b/k (MWP)		
		2	Pesto bazyliowe		
		3	Kucharek smak natury		
		4	Majeranek		
42	Receptura	Schab pieczony w sosie dyniowym 120 g (MLE, GLU, MWP)			
		1	Schab b/k (MWP)		
		2	Dynia mrożona		
		3	Masło 83% tł. (MLE)		
		4	Olej		
		5	Mąka pszenna (GLU)		
		6	Mąka ziemniaczana		
		7	Czosnek świeży		
		8	Kucharek smak natury		
		9	Natka pietruszki		
		10	Majeranek		
43	Receptura	Ser żółty 40 g (MLE)			
		1	Ser żółty 22,90% tł. (MLE)		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
44	Receptura	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (MLE)			
		1	Serek waniliowy President (MLE)		
45	Receptura	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE)			
		1	Ser cukierniczy president 11% tł. (MLE)		
		2	Natka pietruszki		
46	Receptura	Serek wiejski 80 g (MLE)			
		1	Serek wiejski 5% tł. (MLE)		
47	Receptura	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)			
		1	Serek wiejski 5% tł. (MLE)		
		2	Szczypiorek		
48	Receptura	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		
49	Receptura	Sos majerankowy 60 g (GLU)			
		1	Mąka pszenna (GLU)		
		2	Masło roślinne 80% tł.		
		3	Ziele angielskie		
		4	Pieprz ziółowy		
		5	Liść laurowy		
		6	Majeranek		
		7	Sól		
50	Receptura	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		
51	Receptura	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 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
52	Receptura	Sos pomidorowy 60 g (GLU)			
		1	Koncentrat pomidorowy		
		2	Mąka pszenna (GLU)		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Ziele angielskie		
		5	Liść laurowy		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		
53	Receptura	Surówka wielowarzywna 100 g			
		1	Kapusta biała		
		2	Jabłka		
		3	Marchewka		
		4	Ogórek kiszony		
		5	Olej		
		6	Cukier		
		7	Sól		
54	Receptura	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		
55	Receptura	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g			
		1	Kapusta kiszona		
		2	Marchewka		
		3	Jabłka		
		4	Olej		
		5	Cukier		
		6	Sól		
56	Receptura	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g			
		1	Ogórek kiszony		
		2	Jabłka		
		3	Cebula		
		4	Olej		
		5	Cukier		
57	Receptura	Surówka z rzepy białej 100 g (MLE, JAJ)			
		1	Rzepa biała		
		2	Ananas konserwowy		
		3	Majonez (JAJ)		
		4	Pestki dyni		
		5	Jogurt naturalny 2%tł. (MLE)		
		6	Sól		
		7	Pieprz czarny mielony		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
			Składniki		
58	Receptura	Surówka z selera (z majonezem) 100 g (JAJ, SEL)			
		1	Seler (SEL)		
		2	Jablka		
		3	Kukurydza konserwowa		
		4	Brzoskwinie konserwowe		
		5	Majonez (JAJ)		
		6	Cukier		
		7	Sól		
59	Receptura	Szynka bankietowa 40 g			
		1	Szynka bankietowa Animex Mazury		
60	Receptura	Szynka na kartki Nikpol 40 g (GLU, MWP, SEL)			
		1	Szynka na kartki Nikpol (GLU, MWP, SEL)		
61	Receptura	Szynka od szwagra 40 g (GLU, MWP, SEL)			
		1	Szynka od szwagra Krakus I (GLU, MWP, SEL)		
62	Receptura	Szynka piastowska 40 g			
		1	Szynka piastowska		
63	Receptura	Szynka pieczona z jabłkami 100 g (MWP)			
		1	Szynka b/k (MWP)		
		2	Jablka		
		3	Olej		
		4	Sól		
		5	Przyprawa do mięsa		
		6	Majeranek		
64	Receptura	Szynka tostowa z kurcząt 40 g			
		1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex		
65	Receptura	Szynka z indyka 40 g			
		1	Szynka z indyka Lukullus I		
66	Receptura	Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		3	Natka pietruszki		
67	Receptura	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Oliwki krojone		
		3	Natka pietruszki		
		4	Sól		
		5	Pieprz czarny mielony		
68	Receptura	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g			
		1	Udziec z kurczaka z/k		
		2	Olej		
		3	Przyprawa do kurczaka		
		4	Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
69	Receptura	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		
70	Receptura	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Zacierka (GLU, JAJ)		
		3	Cukier		
		4	Sól		
71	Receptura	Ziemniaki 60 g			
		1	Ziemniaki obierane		
		2	Ziemniaki		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Sól		
		5	Koper		
72	Receptura	Zupa grochowa 400 ml (GLU, MWP, SEL, STR)			
		1	Ziemniaki		
		2	Groch (STR)		
		3	Włoszczyzna (SEL)		
		4	Ćwiartka z kurczaka		
		5	Cebula		
		6	Boczek wędzony (MWP)		
		7	Mąka pszenna (GLU)		
		8	Sól		
		9	Majeranek		
		10	Kucharek smak natury		
		11	Natka pietruszki		
73	Receptura	Zupa minestrone z łazankami 400 ml (GLU, JAJ, SEL, STR)			
		1	Ziemniaki		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Makaron łazanki (GLU, JAJ)		
		4	Cukinia plastry mrożona		
		5	Pomidory pelati		
		6	Kapusta biała		
		7	Marchewka kostka mrożona		
		8	Fasolka szparagowa zielona (STR)		
		9	Koncentrat pomidorowy		
		10	Fasola biała (STR)		
		11	Groszek mrożony (STR)		
		12	Masło roślinne 80% tł.		
		13	Natka pietruszki		
		14	Liść laurowy		
		15	Sól		
		16	Czosnek świeży		
		17	Pieprz czarny mielony		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
74	Receptura	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 Mąka pszenna (GLU)		
		7 Sól		
		8 Natka pietruszki		
		9 Kucharek smak natury		
75	Receptura	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 Sól		
		8 Przyprawa do mięsa		
76	Receptura	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)		
		1 Pieczarki mrożone		
		2 Makaron łazanki (GLU, JAJ)		
		3 Włoszczyzna (SEL)		
		4 Śmietana 18% tł. (MLE)		
		5 Ćwiartka z kurczaka		
		6 Sól		
		7 Natka pietruszki		
		8 Kucharek smak natury		
77	Receptura	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		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-10-31 do dnia 2023-11-09 dla diety: iMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
78	Receptura	Zupa porowo serowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)		
		1 Ziemniaki		
		2 Por		
		3 Włoszczyzna (SEL)		
		4 Śmietana 18% tł. (MLE)		
		5 Ser topiony 27% tł. (MLE)		
		6 Ćwiartka z kurczaka		
		7 Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)		
		8 Sól		
		9 Natka pietruszki		
		10 Kucharek smak natury		
79	Receptura	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 400 ml (MLE, GLU, SEL, STR)		
		1 Włoszczyzna (SEL)		
		2 Fasolka szparagowa zielona (STR)		
		3 Kasza pęczak (GLU)		
		4 Ćwiartka z kurczaka		
		5 Śmietana 18% tł. (MLE)		
		6 Sól		
		7 Natka pietruszki		
		8 Kucharek smak natury		
80	Receptura	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, MWP, SEL, STR)		
		1 Ziemniaki		
		2 Groszek mrożony (STR)		
		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 Iubczyk		
14 Ziele angielskie				