

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 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)			
		1	Ziemniaki		
		2	Buraki		
		3	Włoszczyzna (SEL)		
		4	Ćwiartka z kurczaka		
		5	Kapusta biała		
		6	Fasola biała		
		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	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		
7	Receptura	Gulasz wieprzowy 180 g (GLU, SEL)			
		1	Łopátka wieprzowa		
		2	Pieczarki mrożone		
		3	Papryka mrożona		
		4	Włoszczyzna (SEL)		
		5	Mąka pszenna (GLU)		
		6	Cebula		
		7	Olej		
		8	Sól		
		9	Pieprz ziółowy		
		10	Przyprawa do mięsa		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
8	Receptura	Herbata z cukrem 250 ml			
		1	Cukier		
		2	Herbata ekspresowa		
9	Receptura	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ)			
		1	Majonez (JAJ)		
		2	Jaja (JAJ)		
		3	Koper		
10	Receptura	Kakao 250 g (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Cukier		
		3	Kakao (GLU)		
11	Receptura	Kapusta biała zasmażana z pomidorami pelati 120 g (GLU)			
		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		
12	Receptura	Kasza bulgur 140 g (GLU)			
		1	Kasza bulgur (GLU)		
		2	Margaryna 80% tł.		
		3	Sól		
13	Receptura	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)			
		1	Kasza jęczmienna (GLU)		
		2	Sól		
14	Receptura	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Kasza manna (GLU)		
15	Receptura	Kasza pęczak 220 g (GLU)			
		1	Kasza pęczak (GLU)		
		2	Sól		
16	Receptura	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Cukier		
		3	Kawa inka (GLU)		
17	Receptura	Knedle z nadzieniem z moreli 220 g			
		1	Knedle z nadzieniem morelowym		
18	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 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
19	Receptura	Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ)			
		1	Schab b/k		
		2	Bułka tarta (GLU)		
		3	Olej		
		4	Mąka pszenna (GLU)		
		5	Sól		
		6	Jaja (JAJ)		
20	Receptura	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)			
		1	Łopatka z pietruszką (GLU)		
21	Receptura	Masło 10 g (MLE)			
		1	Masło 83% tł. (MLE)		
22	Receptura	Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 120 g (MLE, GLU, JAJ)			
		1	Filet z kurczaka		
		2	Bułka specjalna krojona 300g (GLU)		
		3	Pieczarki mrożone		
		4	Ser żółty 22,90% tł. (MLE)		
		5	Bułka tarta (GLU)		
		6	Olej		
		7	Jaja (JAJ)		
23	Receptura	Miruna panierowana 120 g (GLU, JAJ, RYB)			
		1	Miruna Nowozel. Unifrezze (RYB)		
		2	Olej		
		3	Bułka tarta (GLU)		
		4	Mąka pszenna (GLU)		
		5	Sól		
		6	Jaja (JAJ)		
24	Receptura	Ogórek 30 g			
		1	Ogórek zielony		
25	Receptura	Ogórek kiszony 30 g			
		1	Ogórek kiszony		
26	Receptura	Papryka 30 g			
		1	Papryka		
27	Receptura	Pasta jajeczna z makrelą 80 g (JAJ)			
		1	Makrela w sosie pomidorowym		
		2	Majonez (JAJ)		
		3	Koper		
		4	Jaja (JAJ)		
28	Receptura	Pasta jajeczna z pieczarkami 80 g (JAJ)			
		1	Pieczarki mrożone		
		2	Majonez (JAJ)		
		3	Jaja (JAJ)		
		4	Sól		
		5	Szczypiorek		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
		Składniki		
29	Receptura	Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 80 g		
		1 Fasola biała konserwowa		
		2 Suszone pomidory		
		3 Czosnek świeży		
		4 Majeranek		
		5 lubczyk		
		6 Sól		
		7 Pieprz czarny mielony		
30	Receptura	Pierś z kurnej półki 50 g (<i>GLU</i>)		
		1 Pierś z kurnej półki Cedrob I (<i>GLU</i>)		
31	Receptura	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (<i>MLE, GLU</i>)		
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)		
		2 Płatki jęczmienne (<i>GLU</i>)		
32	Receptura	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU</i>)		
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)		
		2 Płatki owsiane (<i>GLU</i>)		
33	Receptura	Pomidor 30 g		
		1 Pomidor		
34	Receptura	Pulpet drobiowy 80 g (<i>GLU, JAJ</i>)		
		1 Udziec z kurczaka b/k, b/s		
		2 Bułka tarta (<i>GLU</i>)		
		3 Sól		
		4 Jaja (<i>JAJ</i>)		
35	Receptura	Pyzdra schabowa 40 g (<i>GLU</i>)		
		1 Pyzdra schabowa (<i>GLU</i>)		
36	Receptura	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, SEL</i>)		
		1 Makaron nitki (<i>GLU</i>)		
		2 Ćwiartka z kurczaka		
		3 Pietruszka		
		4 Seler (<i>SEL</i>)		
		5 Marchewka		
		6 Cebula		
		7 Por		
		8 Natka pietruszki		
		9 Sól		
		10 Przyprawa do mięsa		
		11 Pieprz czarny mielony		
		12 lubczyk		
		13 Cząber		
37	Receptura	Ryż 140 g		
		1 Ryż		
		2 Margaryna 80% tł.		
		3 Sól		
38	Receptura	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>)		
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)		
		2 Ryż		
		3 Cukier		
		4 Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
39	Receptura	Salata 10 g			
		1	Salata		
40	Receptura	Salatka brokułowa z jajkiem 80 g (JAJ)			
		1	Brokuły mrożone		
		2	Pomidor		
		3	Majonez (JAJ)		
		4	Pestki słonecznika		
		5	Kukurydza konserwowa		
		6	Jaja (JAJ)		
41	Receptura	Salatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)			
		1	Kielbasa szynkowa wędzona (GLU)		
		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		
42	Receptura	Schab na kartki 40 g (GLU)			
		1	Schab na kartki (GLU)		
43	Receptura	Ser żółty 40 g (MLE)			
		1	Ser żółty 22,90% tł. (MLE)		
44	Receptura	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (MLE)			
		1	Ser cukierniczy president 11% tł. (MLE)		
		2	Natka pietruszki		
45	Receptura	Serek homogenizowany z pomidorami 80 g (MLE)			
		1	Ser cukierniczy president 11% tł. (MLE)		
		2	Pomidor		
46	Receptura	Serek wiejski 80 g (MLE)			
		1	Serek wiejski 5% tł. (MLE)		
47	Receptura	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE)			
		1	Jogurt naturalny 2%tł. (MLE)		
		2	Truskawki mrożone		
48	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		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
49	Receptura	Sos pieczeniowy 60 g (<i>GLU</i>)			
		1	Mąka pszenna (<i>GLU</i>)		
		2	Cebula		
		3	Olej		
		4	Ziele angielskie		
		5	Liść laurowy		
		6	Pieprz czarny mielony		
		7	Sól		
50	Receptura	Sos pietruszkowy 60 g (<i>GLU</i>)			
		1	Pietruszka		
		2	Mąka pszenna (<i>GLU</i>)		
		3	Olej		
		4	Liść laurowy		
		5	Ziele angielskie		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		
51	Receptura	Sos pomidorowy 60 g (<i>GLU</i>)			
		1	Koncentrat pomidorowy		
		2	Mąka pszenna (<i>GLU</i>)		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Ziele angielskie		
		5	Liść laurowy		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		
52	Receptura	Surówka wielowarzywna 100 g			
		1	Kapusta biała		
		2	Jabłka		
		3	Marchewka		
		4	Ogórek kiszony		
		5	Olej		
		6	Cukier		
		7	Sól		
53	Receptura	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (<i>JAJ</i>)			
		1	Kapusta czerwona		
		2	Jabłka		
		3	Majonez (<i>JAJ</i>)		
		4	Cebula		
		5	Olej		
		6	Cukier		
		7	Sól		
54	Receptura	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g			
		1	Kapusta kiszona		
		2	Marchewka		
		3	Jabłka		
		4	Olej		
		5	Cukier		
		6	Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
55	Receptura	Surówka z marchwi i jabłka 100 g			
		1	Marchewka		
		2	Jabłka		
		3	Olej		
		4	Cukier		
		5	Sól		
		6	Kwasek cytrynowy		
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		
58	Receptura	Szynka bankietowa 40 g (GLU)			
		1	Szynka bankietowa Animex Mazury (GLU)		
59	Receptura	Szynka na kartki Nikpol 40 g (GLU)			
		1	Szynka na kartki Nikpol (GLU)		
60	Receptura	Szynka od szwagra 40 g (GLU)			
		1	Szynka od szwagra Krakus I (GLU)		
61	Receptura	Szynka piastowska 40 g (GLU)			
		1	Szynka piastowska (GLU)		
62	Receptura	Szynka pieczona z jabłkami 100 g			
		1	Szynka b/k		
		2	Jabłka		
		3	Olej		
		4	Sól		
		5	Przyprawa do mięsa		
		6	Majeranek		
63	Receptura	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)			
		1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex (GLU)		
64	Receptura	Szynka z indyka 40 g (GLU)			
		1	Szynka z indyka Lukullus I (GLU)		
65	Receptura	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Oliwki krojone		
		3	Natka pietruszki		
		4	Sól		
		5	Pieprz czarny mielony		
66	Receptura	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Szczypiorek		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
67	Receptura	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g			
		1	Udziec z kurczaka z/k		
		2	Olej		
		3	Przyprawa do kurczaka		
		4	Sól		
68	Receptura	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Zacierka (GLU, JAJ)		
		3	Cukier		
		4	Sól		
69	Receptura	Ziemniaki 60 g			
		1	Ziemniaki obierane		
		2	Ziemniaki		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Sól		
		5	Koper		
70	Receptura	Zraz schabowy z szynką 120 g (GLU, GOR)			
		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		
71	Receptura	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, GLU, SEL)			
		1	Ziemniaki		
		2	Brokuły mrożone		
		3	Włoszczyzna (SEL)		
		4	Śmietana 18% tł. (MLE)		
		5	Ćwiartka z kurczaka		
		6	Mąka pszenna (GLU)		
		7	Sól		
		8	Kucharek smak natury		
		9	Natka pietruszki		
72	Receptura	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL)			
		1	Ziemniaki		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Kasza jęczmienna (GLU)		
		4	Ćwiartka z kurczaka		
		5	Sól		
		6	Natka pietruszki		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
73	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		
74	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		
75	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		
76	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 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	Składniki
77	Receptura	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 400 ml (MLE, GLU, SEL)			
		1	Włoszczyzna (SEL)		
		2	Fasolka szparagowa zielona		
		3	Kasza pęczak (GLU)		
		4	Ćwiartka z kurczaka		
		5	Śmietana 18% tł. (MLE)		
		6	Sól		
		7	Natka pietruszki		
		8	Kucharek smak natury		
78	Receptura	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		