

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 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	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Kapusta biała	
	6 Fasola biała	
	7 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	8 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	9 Cukier	
	10 Koper	
	11 Natka pietruszki	
	12 Kucharek smak natury	
	13 Sól	
4	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
5	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU, 6-SOJ)	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU, 6-SOJ)	
6	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
7	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
8	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
9	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Maślanka kg(7-MLE)	
	2 Kefir kg(7-MLE)	
	3 Buraki	
	4 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	5 Ogórek zielony	
	6 Boćwina	
	7 Rzodkiewka	
	8 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	9 Koper	
	10 Szczypiorek	
	11 Sól	
	12 Pieprz czarny mielony	
	13 Jaja(3-JAJ)	
	14 Czosnek granulowany	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

10	Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Cytryna
	10	Jaja(3-JAJ)
11	Filet z indyka pieczony 80 g	
	1	Filet z indyka
12	Filet z indyka w sezamie 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ)	
	1	Filet z indyka
	2	Olej
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Sezam ziarna(11-SEZ)
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jaja(3-JAJ)
13	Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 120 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Ryż
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Marchewka
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(3-JAJ)
14	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ)
15	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
16	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
17	Hummus z suszonymi pomidorami 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pasta tahini
	3	Suszone pomidory
	4	Cytryna
	5	Olej sezamowy
	6	Czosnek granulowany
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Pieprz cytrynowy
18	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

19	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
20	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
21	Jogurt z bakaliami i owocami 250 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Mieszanka studencka
	4	Borówka amerykańska mrożona
	5	Truskawki mrożone
22	Jogurt z kawałkami banana i posypką z orzechów 150 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Orzechy nerkowca(5-OZI, 8-OWŁ)
	4	Żurawina suszona
23	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Malina mrożona drobna
	3	Musli crunchy z czekoladą(1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ)
24	Jogurt z musem wiśniowym i czekoladą 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Wiśnia mrożona
	3	Wirki czekolada deserowa
25	Jogurt z truskawkami i orzechami 170 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Orzechy nerkowca(5-OZI, 8-OWŁ)
	4	Żurawina suszona
	5	Płatki migdałowe(5-OZI, 8-OWŁ)
26	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
27	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
28	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
29	Kasza kuskus 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
30	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
31	Kasza manna na mleku z żurawiną 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
	3	Żurawina suszona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

32	Kasza orkiszowa 140 g	
	1	Kasza orkiszowa
	2	Sól
33	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
34	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
35	Kefir 1 szt (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
36	Kisiel z morelą 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)
37	Koktajl dyniowo-pomarańczowy 150 g	
	1	Dynia mrożona
	2	Sok pomarańczowy
	3	Pulpa mango
38	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Brzoskwinie mrożona kostka
	3	Cukier
39	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanek kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
40	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
41	Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g	
	1	Kurczak gotowany z kurnej półki
42	Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR)	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Ketchup
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Papryka mielona
	8	Czosnek świeży
	9	Zioła prowansalskie
	10	Przyprawa do kurczaka
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
43	Łopatką z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatką z pietruszką(1-GLU)
44	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
45	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

46	Mizeria 100 g (7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Koper
	5	Sól
47	Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Ogórek kiszony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Koper
	5	Musztarda(10-GOR)
48	Morele 2 szt	
	1	Morele
49	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
50	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
51	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
52	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
53	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
54	Papryka 30 g	
	1	Papryka
55	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jablko
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(3-JAJ)
56	Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g (9-SEL)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Pestki słonecznika
	4	Papryka mrożona
	5	Olej
	6	Sól
	7	Czosnek świeży
	8	Kmin rzymski
	9	Pieprz czarny mielony
57	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Pierogi z mięsem(1-GLU, 3-JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Słonina
58	Pierś z kurnej półki 50 g (1-GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(1-GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

59	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
60	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
61	Polędwica z piersi indyka 40 g (1-GLU)	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz(1-GLU)
62	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
63	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
64	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
65	Rolada drobiowa ze szpinakiem 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziółowy
66	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ćwiartka z kurczaka
	2	Makaron nitki(1-GLU)
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Przyprawa do mięsa
	11	Pieprz czarny mielony
	12	lubczyk
	13	Cząber
67	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
68	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
69	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
70	Sałata 10 g	
	1	Sałata
71	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
72	Sałata z jogurtem greckim 80 g (7-MLE)	
	1	Sałata
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Koper
	4	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

73	Salatka jarzynowa 100 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Salatka jarzynowa(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jablka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jaja(3-JAJ)
	6	Sól
74	Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Kalafior
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Szynka konserwowa(1-GLU)
	4	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	5	Majonez(3-JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
75	Salatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Kurczak wędzony
	2	Ogórek zielony
	3	Papryka
	4	Kukurydza konserwowa
	5	Groszek konserwowy
	6	Majonez(3-JAJ)
	7	Makaron muszelka(1-GLU)
	8	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	9	Musztarda(10-GOR)
	10	Szczypiorek
	11	Sól
76	Salatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jablka
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
77	Schab pieczony z morelą 100 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
	3	Morele suszone
78	Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-pieczarkowym 120 g (1-GLU)	
	1	Schab b/k
	2	Passata pomidorowa
	3	Papryka mrożona
	4	Pieczarki mrożone
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Papryka wędzona
	8	Sól
	9	Olej
	10	Czosnek świeży
79	Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Dynia mrożona
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
80	Ser mozzarella 40 g (7-MLE)	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

81	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
82	Serek homogenizowany z pomidorami 80 g (7-MLE)	
	1	Ser cukierkowy president 11% tł.(7-MLE)
	2	Pomidor
83	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
84	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
85	Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
86	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Masło 83% tł.(7-MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziółowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
87	Sos miodowo-musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR)	
	1	Musztarda(10-GOR)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Miód
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Sól
88	Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
89	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	Bazylia
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

90	Sos ziołowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
91	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłko
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
92	Surówka z cukinią, marchewką i porzem 120 g	
	1	Cukinia
	2	Jabłko
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Olej
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Kwasek cytrynowy
93	Surówka z cukinii 100 g (7-MLE)	
	1	Cukinia
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Cukier
	7	Natka pietruszki
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól
94	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
95	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
96	Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
97	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
98	Szynka Natura Lukullus 50 g	
	1	Szynka Natura Lukullus

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

99	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1 Szynka naturalna ze straganu	
100	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)	
101	Szynka pieczona z warzywami 100 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1 Szynka b/k	
	2 Pomidory pelati	
	3 Marchewka	
	4 Pietruszka	
	5 Seler(9-SEL)	
	6 Mąka pszenna(1-GLU)	
	7 Natka pietruszki	
	8 Majeranek	
	9 Tymianek	
	10 Sól	
	11 Iubczyk	
	12 Pieprz czarny mielony	
102	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)	
103	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)	
104	Szynka z zalewy Szuster 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
105	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
106	Twarożek figowy 80 g	
	1 Twarożek z figą i makiem	
107	Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE)	
	1 Twarożek z grillowanym bakłażanem(7-MLE)	
108	Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)	
	3 Jabłko prażone	
	4 Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)	
	5 Migdały	
	6 Cukier	
	7 Cukier waniliowy	
109	Wieprzowina z zapiecka 50 g (1-GLU)	
	1 Wieprzowina z zapiecka(1-GLU)	
110	Winogrona 100 g	
	1 Winogrona	
111	Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)	
	3 Cukier	
	4 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

112	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
113	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Brokuły mrożone
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ryż brązowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
114	Zupa grochowa 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groch
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Kielbasa podwawelska(1-GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cebula
	7	Boczek wędzony
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól
115	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Kalafior
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
116	Zupa kapuśniak z młodej kiszzonej kapusty 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta kiszona młoda
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cebula
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Olej
	11	Sól
117	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Koper
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

118	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Makaron muszelka(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Cukinia plastry mrożona
	5	Pomidory pelati
	6	Kapusta biała
	7	Marchewka kostka mrożona
	8	Fasolka szparagowa zielona
	9	Ćwiartka z kurczaka
	10	Koncentrat pomidorowy
	11	Fasola biała
	12	Groszek mrożony
	13	Masło roślinne 80% tł.
	14	Natka pietruszki
	15	Liść laurowy
	16	Sól
	17	Czosnek świeży
	18	Pieprz czarny mielony
119	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron łazanki(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Ziele angielskie
	9	Liść laurowy
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól
120	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Kasza pęczak(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól