

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Banan 1 szt	
	1 Banan	
2	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	7 Cukier	
	8 Koper	
	9 Natka pietruszki	
	10 Kucharek smak natury	
	11 Sól	
3	Buleczka alpejska mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-S02)	
	1 Bułka alpejska mini(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-S02)	
4	Carpaccio z buraczków 120 g (8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Buraki	
	2 Miód	
	3 Orzechy włoskie(8-OWL)	
	4 Sezam ziarna(11-SEZ)	
	5 Ocet winny	
	6 Ocet balsamiczny	
	7 Sól	
5	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
6	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
7	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
8	Deser z galaretki i serka homogenizowanego z borówkami 150 ml (7-MLE)	
	1 Serek waniliowy President(7-MLE)	
	2 Borówka amerykańska mrożona	
	3 Galaretka w proszku	
9	Fasolka gotowana 100 g	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	
10	Filet z indyka maślany 40 g	
	1 Filet z indyka maślany Łukosz	
11	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Grahamka mini(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

12	Gulasz wieprzowy z szynki 180 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Szynka b/k
	2	Pieczarki mrożone
	3	Papryka mrożona
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Sól
	9	Pieprz ziółowy
	10	Przyprawa do mięsa
13	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
14	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
15	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
16	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jajko(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
17	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
18	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
19	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Ananas kawałki mrożony
	3	Mięta
20	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Wiśnia mrożona
	3	Musli crunchy z czekoladą(1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)
21	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
22	Karkówka pieczona 80 g	
	1	Karkówka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek
23	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Olej
	3	Sól
24	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

25	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
26	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWŁ)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Mleko kokosowe(8-OWŁ)
	4	Tapioka granulki
	5	Cukier
27	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
28	Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Kopytka(1-GLU, 3-JAJ)
	2	Olej
	3	Sól
29	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
30	Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g	
	1	Kurczak gotowany z kurnej półki
31	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
32	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
33	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
34	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
35	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
36	Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pieczarki mrożone
	3	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	4	Ser żółty(7-MLE)
	5	Bułka tarta(1-GLU)
	6	Olej
	7	Jaja(3-JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

37	Melon Kantalupe 150 g	
	1 Melon Kantalupe	
38	Melon miodowy 150 g	
	1 Melon miodowy	
39	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
40	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
41	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
42	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Miód	
	3 Musztarda(10-GOR)	
	4 Sól	
43	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
44	Pasta drobiowo warzywna 100 g (9-SEL)	
	1 Udziec z kurczaka b/k, b/s	
	2 Włoszczyzna(9-SEL)	
	3 Olej	
	4 Natka pietruszki	
	5 Sól	
	6 Pieprz cytrynow	
45	Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE)	
	1 Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)	
	2 Łosoś wędzony(4-RYB)	
	3 Koper	
46	Piernik świąteczny 80 g	
	1 Piernik świąteczny	
47	Pierś z kurnej półki 50 g (1-GLU)	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(1-GLU)	
48	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(1-GLU)	
49	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Płatki owsiane(1-GLU)	
50	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1 Polędwica z piersi indyka Łukosz	
51	Polędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g	
	1 Polędwiczka wieprzowa	
	2 Jabłka	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Przyprawa do mięsa	
	6 Majeranek	
52	Pomarańcza 1 szt	
	1 Pomarańcza szt	
53	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
54	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1 Pyzdra szynkowa	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

55	Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Suszone pomidory
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziolowy
56	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Porcja rosolowa
	2	Makaron nitki(1-GLU)
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Łata wołowa
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	Przyprawa do mięsa
	12	Pieprz czarny mielony
	13	lubczyk
	14	Cząber
57	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
58	Ryba po grecku parowana 120 g (4-RYB, 7-MLE)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Marchewka
	3	Koncentrat pomidorowy
	4	Masło 83% tł.(7-MLE)
	5	Sól
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
	8	Cukier
59	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
60	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
61	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
62	Sałata 10 g	
	1	Sałata
63	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
64	Sałata lodowa z ogórkiem, papryką i pomidorem 100 g	
	1	Sałata lodowa
	2	Ogórek zielony
	3	Papryka
	4	Pomidor
	5	Olej
	6	Koper
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

65	Salatka hawajska 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	2	Szynka piastowska(1-GLU)
	3	Ananas konserwowy
	4	Kukurydza konserwowa
	5	Majonez(3-JAJ)
	6	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Natka pietruszki
	10	Jaja(3-JAJ)
	11	Czosnek granulowany
66	Salatka jarzynowa 100 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Salatka jarzynowa(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłko
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jaja(3-JAJ)
	6	Sól
67	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
68	Salatka tuńczyk z warzywami diet. 180 g (3-JAJ, 4-RYB)	
	1	Tuńczyk(4-RYB)
	2	Pomidor
	3	Mix salat
	4	Salata
	5	Olej
	6	Oliwki
	7	Cytryna
	8	Szpinak baby
	9	Ziola prowansalskie
	10	Jaja(3-JAJ)
69	Salatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 150 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pomidor
	3	Papryka
	4	Ogórek zielony
	5	Kasza jaglana
	6	Olej
	7	Oliwki krojone
	8	Cebula
	9	Koper
	10	Ziola prowansalskie
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
70	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

71	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
72	Schab pieczony z morelą 100 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
	3	Morele suszone
73	Schab po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Schab b/k
	2	Szpinak liście mrożony
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Suszone pomidory
	6	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	7	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	8	Papryka mielona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
74	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
75	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
76	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(7-MLE)
77	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	2	Natka pietruszki
78	Sernik z brzoskwinia 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Sernik(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
79	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
80	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 50 g	
	1	Fasola biała
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Śliwki suszone
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek
	9	Czosnek świeży
81	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

82	Sos chrzanowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Chrzan
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
83	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 ziołowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
84	Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziołowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
85	Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
86	Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Pieprz ziołowy
	5	Ziele angielskie
	6	Liść laurowy
	7	Sól
87	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 100 g (9-SEL)	
	1	Marchewka
	2	Jabłko
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
	8	Kwasek cytrynowy
88	Surówka z kapusty kiszanej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

89	Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Oliwa z oliwek
	4	Żurawina suszona
	5	Cukier
	6	Sól
	7	Kwasek cytrynowy
90	Surówka z ogórka i pomidora 100 g	
	1	Pomidor
	2	Ogórek zielony
	3	Cebula
	4	Koper
91	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
92	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
93	Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 50 g	
	1	Pomidor
	2	Salata lodowa
	3	Seler naciowy
	4	Oliwki krojone
	5	Olej
	6	Koper
	7	Cukier
	8	Sól
94	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
95	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
96	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
97	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)
98	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
99	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)
100	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
101	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

102	Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Awokado pulpa
	3	Rzodkiewka
	4	Szczypiorek
103	Udziec z indyka pieczony b/k 100 g	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
104	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Sól
	4	Przyprawa do mięsa
105	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
106	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
107	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
108	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
109	Zupa jarzynowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Makaron łazanki(1-GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
110	Zupa kalafiorowa 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kalafior
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
111	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

112	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
113	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ryż
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Masło roślinne 80% tł.
	7	Koper
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
	11	lubczyk
	12	Cząber
114	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Seler(9-SEL)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
115	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Szpinak rozdrobniony mrożony
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Ryż
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-12-21 do dnia 2025-12-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

116	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
117	Zupa z soczewicy czerwonej 500 ml (9-SEL, 13-LUB)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Soczewica(13-LUB)
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek