

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Lp		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Asortyment		Składniki
1	Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU)	
	1	Szynka b/k
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Olej
	4	Majeranek
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
2	Buleczka alpejska mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-S02)	
	1	Bulka alpejska mini(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-S02)
3	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
4	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1	Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)
5	Chleb pyłowy 50 g	
	1	Chleb pyłowy 450g
6	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
7	Drożdżówka z serem 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)	
	1	Drożdżówka z serem(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)
8	Fasolka gotowana 100 g	
	1	Fasolka szparagowa zielona
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
9	Filet z indyka maślany 40 g	
	1	Filet z indyka maślany Łukosz
10	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
11	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
12	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Hummus dyniowy 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Dynia mrożona
	3	Pasta tahini
	4	Cytryna
	5	Curry
	6	Kmin rzymski
	7	Czarnuszka ziarno
	8	Olej sezamowy
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
	11	Pieprz czarny mielony
	12	Pieprz cytrynowy
14	Hummus z pesto rosso 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto rosso
	3	Pasta tahini
	4	Cytryna
	5	Curry
	6	Kmin rzymski
	7	Czarnuszka ziarno
	8	Olej sezamowy
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
	11	Pieprz czarny mielony
	12	Pieprz cytrynowy
15	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
16	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Ananas kawałki mrożony
	3	Mięta
17	Jogurt owocowy z jagodą i płatkami migdałów 200 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Jagoda mrożona
	3	Płatki migdałowe(5-OZI, 8-OWL)
18	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 150 g (7-MLE)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	2	Chipsy bananowe
	3	Migdały
	4	Malina liofilizowana
19	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)
20	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

22	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Olej
	3	Sól
23	Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
24	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
25	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
26	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
27	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
28	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
29	Klopsiki z indyka z pieczarkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Bulka tarta(1-GLU)
	3	Pieczarki mrożone
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
	6	Jaja(3-JAJ)
30	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Mleko kokosowe(8-OWL)
	4	Tapioka granulki
	5	Cukier
31	Koktajl mandarynkowy 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Mandarynka w puszcze
32	Koktajl snickers 150 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Kakao
33	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
34	Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Kopytka(1-GLU, 3-JAJ)
	2	Olej
	3	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

35	Kotlet schabowy 70 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)
36	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
37	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	Kecsup
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Papryka mielona
	8	Czosnek świeży
	9	Ziola prowansalskie
	10	Przyprawa do kurczaka
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
38	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
39	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
40	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
41	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
42	Medalion drobiowy z puree z marchewki 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Marchewka
43	Melon miodowy 150 g	
	1	Melon miodowy
44	Miód szt. 1 szt	
	1	Miód porcjowany
45	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
46	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
47	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
48	Papryka 30 g	
	1	Papryka
49	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Suszone pomidory

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

50	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(3-JAJ)
51	Pierogi z serem II 220 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Pierogi z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
52	Pierś z kurnej półki 50 g (1-GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(1-GLU)
53	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
54	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
55	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
56	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
57	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
58	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
59	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Nasiona chia
60	Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Kasza manna(1-GLU)
	4	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	5	Olej
	6	Sól
	7	Pieprz cytrynowy
	8	Jaja(3-JAJ)
61	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1	Pyzdra szynkowa
62	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
63	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
64	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
65	Salata 10 g	
	1	Salata
66	Salata lodowa 10 g	
	1	Salata lodowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

67	Salata ze śmietaną 80 g (7-MLE)	
	1	Salata
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Koper
	4	Sól
68	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
69	Salatka nicejska (z tuńczykiem) 100 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR)	
	1	Tuńczyk(4-RYB)
	2	Pomidor
	3	Salata rzymska
	4	Mix salat
	5	Cebula czerwona
	6	Oliwa z oliwek
	7	Oceł winny
	8	Cytryna
	9	Musztarda(10-GOR)
	10	Jaja(3-JAJ)
	11	Czosnek świeży
	12	Sól
	13	Pieprz czarny mielony
70	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
71	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
72	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
73	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
74	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

75	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	2	Natka pietruszki
76	Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Koper
77	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
78	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
79	Sos cebulowy 60 g (1-GLU)	
	1	Cebula
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Margaryna 80% tł.
	4	Sól
	5	Majeranek
80	Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól
81	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
82	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
83	Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-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 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

84	Sos paprykowy 60 g	
	1 Papryka mrożona	
	2 Jabłka	
	3 Cebula	
	4 Koncentrat pomidorowy	
	5 Olej	
	6 Cukier	
	7 Liść laurowy	
	8 Bazylia	
	9 Sól	
	10 Papryka mielona	
	11 Czosnek granulowany	
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 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	
87	Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 100 g	
	1 Kapusta czerwona	
	2 Jabłka	
	3 Cebula	
	4 Olej	
	5 Pestki słonecznika	
	6 Cukier	
	7 Sól	
88	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g	
	1 Kapusta kiszona	
	2 Marchewka	
	3 Jabłka	
	4 Olej	
	5 Cukier	
	6 Koper	
	7 Sól	
89	Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (3-JAJ)	
	1 Kapusta pekińska	
	2 Papryka	
	3 Ogórek zielony	
	4 Majonez(3-JAJ)	
	5 Marchewka	
	6 Jabłka	
	7 Cukier	
	8 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

90	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g	
	1 Marchewka	
	2 Jabłka	
	3 Chrzan	
	4 Cukier	
	5 Sól	
91	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	
92	Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 100 g	
	1 Ogórek kiszony	
	2 Jabłka	
	3 Cebula	
	4 Olej	
	5 Natka pietruszki	
	6 Cukier	
93	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1 Ogórek zielony	
	2 Papryka	
	3 Cebula	
	4 Olej	
	5 Cukier	
	6 Sól	
94	Szarlotka mascarpone 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Jabłko prażone	
	2 Mascarpone(7-MLE)	
	3 Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	4 Warki czekolada deserowa	
	5 Cynamon	
95	Szpinak baby 10 g	
	1 Szpinak baby	
96	Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)	
97	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1 Szynka naturalna ze straganu	
98	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)	
99	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Droximex(1-GLU)	
100	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)	
101	Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z piersi kurczaka Szuster(1-GLU)	
102	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

103	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
104	Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	3	Bazylia
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
105	Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Awokado pulpa
	3	Rzodkiewka
	4	Szczypiorek
106	Udziec kurczaka pieczony b/k 100 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Kucharek smak natury
	4	Sól
107	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
108	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
109	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
110	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
111	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
112	Zraz po staropolsku 120 g (1-GLU, 10-GOR)	
	1	Szab b/k
	2	Szynka konserwowa(1-GLU)
	3	Cebula
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Ogórek kiszony
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Majeranek
	8	Sól
	9	Olej

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

113	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Imbir mielony
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Czosnek granulowany
114	Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 400 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB)	
	1	Ziemniaki
	2	Cukinia
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Kalafior
	6	Brokuły mrożone
	7	Cukinia kostka mrożona
	8	Ćwiartka z kurczaka
	9	Marchewka kostka mrożona
	10	Soczewica(13-LUB)
	11	Pomidory pelati
	12	Koper
	13	Sól
	14	Czosnek granulowany
	15	Kurkuma mielona
115	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
116	Zupa kapuśniak 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta kiszona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Natka pietruszki
	8	Olej
	9	Sól
117	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 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 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 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 ogórkowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ryż
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Sól
120	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
121	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-21 do dnia 2026-01-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

122	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Włoszczyzna(9-SEL)
	6	Boczek wędzony
	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
123	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Chrzan
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Majeranek
	10	Kucharek smak natury
	11	Jaja(3-JAJ)
	12	Sól