

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
Lp	Asortyment	Składniki
1	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	
2	Beza waniliowa mini 1 szt	
	1 Beza waniliowa mini	
3	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)	
4	Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1 Buraki	
	2 Mąka ziemniaczana	
	3 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cukier	
	6 Sól	
	7 Kwasek cytrynowy	
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, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
8	Deser chia z musem truskawkowym 200 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	2 Mleko kokosowe(8-OWL)	
	3 Truskawki mrożone	
	4 Nasiona chia	
	5 Cukier	
9	Dorsz w cieście bazyliowym 120 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)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

10	Filet z kurczaka panier. w płatkach kukurydżianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Olej
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Chrupki kukurydżiane
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)
	7	Przyprawa do kurczaka
11	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
12	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
13	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
14	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
15	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
16	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
17	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
18	Jogurt owocowy z borówką i brzoskwinia 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Brzoskwinie mrożona kostka
19	Jogurt pitny mango-banan 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt pitny mango banan Lublanka(7-MLE)
20	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Olej
	3	Sól
22	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
23	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
24	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

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	Kefir 1 szt (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
29	Kisiel z morelą 200 ml (11-SEZ)	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
30	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
31	Koktajl sernikowy z malinami 200 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Malina mrożona drobna
	3	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	4	Cukier
	5	Wiórki kokosowe
	6	Mięta
32	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
33	Kotlet pożarski z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(3-JAJ)
34	Kotlet z indyka siekany smażony 120 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	4	Olej
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)
35	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
36	Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g	
	1	Kurczak gotowany z kurnej półki
37	Makaron kokardki 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron kokardki(1-GLU)
38	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
39	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
40	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

41	Melon miodowy 150 g	
	1 Melon miodowy	
42	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	
43	Mus truskawkowy 200 g	
	1 Truskawki mrożone	
	2 Cukier	
44	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
45	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
46	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Miód	
	3 Musztarda(10-GOR)	
	4 Sól	
47	Pancakes 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Pancakes(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
48	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
49	Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Ciecierzycza konserwowa	
	2 Pesto bazyliowe(5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	3 Olej	
	4 Kwasek cytrynowy	
	5 Sól	
	6 Pieprz czarny mielony	
50	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Kurczak wędzony	
	2 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	3 Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(3-JAJ)	
	6 Natka pietruszki	
	7 Sól	
	8 Pieprz czarny mielony	
51	Pasta z soczewicy czerwonej diet. 70 g (13-LUB)	
	1 Soczewica(13-LUB)	
	2 Marchewka kostka mrożona	
	3 Koncentrat pomidorowy	
	4 Natka pietruszki	
	5 Olej	
	6 Kmin rzymski	
	7 Sól	
	8 Pieprz czarny mielony	
52	Pasztet 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Pasztet z pieca(1-GLU, 3-JAJ)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

53	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	Ślonina
54	Pierś z kurnej półki 50 g (1-GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(1-GLU)
55	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
56	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
57	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
58	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
59	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
60	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
61	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
62	Ratatouille 250 g	
	1	Cukinia
	2	Pomidory pelati
	3	Papryka mrożona
	4	Papryka
	5	Marchewka mini
	6	Olej
	7	Cebula
	8	Sól
	9	Natka pietruszki
	10	Tymianek
	11	Zioła prowansalskie
	12	Czosnek świeży
	13	Pieprz czarny mielony
	14	Papryka mrożona
63	Rolada schabowa z suszonymi pomidorami 120 g	
	1	Schab b/k
	2	Suszone pomidory
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziołowy

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

64	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
65	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
66	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
67	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
68	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
69	Salata 10 g	
	1	Salata
70	Salata lodowa 10 g	
	1	Salata lodowa
71	Salatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	3	Szynka piastowska(1-GLU)
	4	Pomidor
	5	Ryż
	6	Kukurydza konserwowa
	7	Majonez(3-JAJ)
	8	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	9	Koper
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(3-JAJ)
	12	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

72	Salatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Tortellini z ricottą i szpinakiem
	2	Pyzdra szynkowa
	3	Papryka
	4	Ogórek zielony
	5	Kukurydza konserwowa
	6	Ser żółty(7-MLE)
	7	Ogórek kiszony
	8	Fasola czerwona konserwowa
	9	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	10	Majonez(3-JAJ)
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
	13	Pieprz czarny mielony
	14	Oregano
73	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	Olej
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Cebula
	8	Papryka wędzona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
74	Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Koper
	4	Sól
75	Ser mozzarella 40 g (7-MLE)	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)
76	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
77	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE)	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
78	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
79	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
80	Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Pieprz czarny mielony
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

81	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
82	Surówka collesław 100 g (3-JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
83	Surówka kopenhaska 100 g (7-MLE, 10-GOR)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Koper
84	Surówka z kapusty kiszzonej i białej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Kapusta biała
	3	Marchewka
	4	Jabłka
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Koper
	8	Sól
85	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
86	Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Cukier
87	Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
88	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

89	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1 Szynka naturalna ze straganu	
90	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)	
91	Szynka pieczona 100 g	
	1 Szynka b/k	
	2 Olej	
	3 Sól	
	4 Mąka ziemniaczana	
92	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Droximex(1-GLU)	
93	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
94	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
95	Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE)	
	1 Twarożek z grillowanym bakłażanem(7-MLE)	
96	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	
97	Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Oliwki krojone	
	3 Natka pietruszki	
	4 Sól	
	5 Pieprz czarny mielony	
98	Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL)	
	1 Udziec z kurczaka b/k, b/s	
	2 Papryka mrożona	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Pieprz czarny mielony	
	6 Sól	
99	Wafle ryżowe 2 szt	
	1 Wafle ryżowe	
100	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1 Wieprzowina z zapiecka	
101	Winogrona 100 g	
	1 Winogrona	
102	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 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

103	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
104	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Brokuły mrożone
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
105	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Imbir mielony
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Cukier
	10	Sól
	11	Czosnek granulowany
106	Zupa grochowa z ziemniakami 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
107	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Mieszanka warzywna 3-skl.
	3	Fasolka szparagowa zielona
	4	Brukselka
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Marchewka
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Pietruszka
	9	Seler(9-SEL)
	10	Natka pietruszki
	11	Liść laurowy
	12	Ziele angielskie
	13	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.01 do dnia 2026.02.10 dla diety: imid podstawowa Dzieci 1B

108	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ser topiony(7-MLE)
	2	Makaron świderki(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
109	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
110	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Makaron muszelka(1-GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Cząber
	11	lubczyk
111	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ser topiony(7-MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól