

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	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	
2	Bitka schabowa lekka 60 g (1-GLU)	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Sól	
	5 Przyprawa do mięsa	
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	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	Fasolka gotowana 100 g	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	
8	Filet z indyka maślany 40 g	
	1 Filet z indyka maślany Łukosz	
9	Filet z kurczaka pieczony 50 g	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Sól	
	3 Olej	
	4 Przyprawa do mięsa	
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 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	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
14	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
15	Jogurt owocowy z ananase i miętą 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Ananas kawałki mrożony
	3	Mięta
16	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
17	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)
18	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
19	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Olej
	3	Sól
20	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
21	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
22	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
23	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
24	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

25	Koktajl snickers 150 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Kakao
26	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
27	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
28	Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU)	
	1	Kurczak gotowany premium 95% Duda(1-GLU)
29	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	Zioła prowansalskie
	10	Przyprawa do kurczaka
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
30	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
31	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
32	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
33	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
34	Melon miodowy 150 g	
	1	Melon miodowy
35	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
36	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
37	Papryka 30 g	
	1	Papryka
38	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

39	Pieczeń rzymska 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	3	Olej
	4	Bułka tarta(1-GLU)
	5	Jaja(3-JAJ)
40	Pierogi z serem II 220 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Pierogi z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
41	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
42	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
43	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
44	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
45	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
46	Pulpet brokułowy wieprzowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Brokuły mrożone drobne
	3	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	4	Sól
	5	Jaja(3-JAJ)
47	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1	Pyzdra szynkowa
48	Rogalik maślany 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Rogal maślany mini(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
49	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
50	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
51	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
52	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
53	Sałata 10 g	
	1	Sałata
54	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
55	Salatka jarzynowa 100 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Salatka jarzynowa(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jablko
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jaja(3-JAJ)
	6	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

56	Sałatka 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
57	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
58	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
59	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
60	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt(7-MLE)
61	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	2	Natka pietruszki
62	Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Ser ricotta
	3	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
63	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
64	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	Ziola prowansalskie
	10	Sól
65	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

66	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
67	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
68	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
69	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
70	Sos z pomidorów pelati i bazylii 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
71	Surówka collesław 100 g (3-JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
72	Surówka z kapusty czerwonej, jabłko i słonecznika 100 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Pestki słonecznika
	6	Cukier
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

73	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
74	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
75	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
76	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
77	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	Wirki czekolada deserowa
	5	Cynamon
78	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
79	Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
80	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)
81	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
82	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)
83	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
84	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 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

85	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
86	Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Awokado pulpa
	3	Rzodkiewka
	4	Szczypiorek
87	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Rzodkiewka
	3	Szczypiorek
88	Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Jabłko
	3	Olej
	4	Majeranek
	5	Sól
89	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
90	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
91	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
92	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
93	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

94	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
95	Zupa pieczarkowa z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron muszelka(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Ziele angielskie
	9	Liść laurowy
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól
96	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
97	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szpinak rozdrobniony mrożony
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Kucharek smak natury
	6	Natka pietruszki
	7	Kwasek cytrynowy
	8	Sól
98	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Marchewka kostka mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

99	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