

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	<b>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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	<b>Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
3	<b>Bitka schabowa 70 g (1-GLU)</b>	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Cebula	
	5 Sól	
	6 Przyprawa do mięsa	
4	<b>Bukiet warzyw 3-skt. 120 g</b>	
	1 Mieszanka warzywna 3-skt.	
	2 Sól	
5	<b>Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)</b>	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)	
6	<b>Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	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	
7	<b>Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
8	<b>Chleb pyłowy 50 g</b>	
	1 Chleb pyłowy 450g	
9	<b>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b>	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
10	<b>Deser tiramisu liofilizowaną maliną 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1 Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	2 Mascarpone(7-MLE)	
	3 Serek waniliowy President(7-MLE)	
	4 Malina liofilizowana	
	5 Kakao	
11	<b>Filet z indyka pieczony 80 g</b>	
	1 Filet z indyka	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

12	<b>Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</b>	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
13	Gruszka 1 szt	
	1	Gruszka
14	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
15	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
16	<b>Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)</b>	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
17	<b>Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
18	<b>Jogurt pitny owocowy 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt pitny owocowy(7-MLE)
19	<b>Jogurt z musem wiśniowym i czekoladą 200 g (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Wiśnia mrożona
	3	Wirki czekolada deserowa
20	<b>Kakao 250 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	<b>Kartacze z mięsem 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)</b>	
	1	Cebula
	2	Ślonina
	3	Kartacze z mięsem(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)
	4	Olej
	5	Sól
22	<b>Kasza bulgur 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
23	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
24	<b>Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
25	<b>Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
26	<b>Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

27	<b>Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
28	<b>Kaziuk 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
29	<b>Kisiel z morelą 200 ml (11-SEZ)</b>	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
30	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
31	<b>Koktajl jogurtowo brzoskwinowy 200 g (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Brzoskwinie mrożona kostka
	3	Cukier
32	<b>Koktajl szarlotka 250 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Jabłka
	2	Kefir kg(7-MLE)
	3	Płatki owsiane(1-GLU)
	4	Miód
	5	Cynamon
33	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
34	<b>Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU)</b>	
	1	Kurczak gotowany premium 95% Duda(1-GLU)
35	Kurczak gotowany Tarczyński 50 g	
	1	Kurczak gotowany Tarczyński 85%
36	<b>Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
37	<b>Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
38	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
39	<b>Masło 10 g (7-MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
40	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
41	<b>Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
42	<b>Miruna panierowana 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)</b>	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Bulka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)
43	Mix salat 10 g	
	1	Mix salat

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

44	<b>Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
45	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
46	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
47	<b>Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)</b>	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
48	Papryka 30 g	
	1	Papryka
49	<b>Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-LUB)</b>	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto bazyliowe(5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)
	3	Soczewica(13-LUB)
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
	6	Kwasek cytrynowy
50	<b>Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Makrela w sosie pomidorowym
	3	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Jaja(3-JAJ)
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
51	<b>Paszтет 30 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Paszтет z pieca(1-GLU, 3-JAJ)
52	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
53	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
54	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
55	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
56	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
57	<b>Pudding z kaszy kukurydzianej z musem malinowym 200 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Malina mrożona drobna
	3	Kasza kukurydziana
	4	Cukier waniliowy
	5	Sól
58	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

59	Ratatouille 250 g	
	1	Papryka mrożona
	2	Pomidory pelati
	3	Cukinia plastry mrożona
	4	Cukinia
	5	Marchewka mini
	6	Papryka
	7	Olej
	8	Cebula
	9	Sól
	10	Natka pietruszki
	11	Tymianek
	12	Ziola prowansalskie
	13	Czosnek świeży
	14	Pieprz czarny mielony
	15	Papryka mrożona
60	<b>Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	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
61	Roszponka 10 g	
	1	Roszponka
62	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
63	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
64	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
65	Sałata 10 g	
	1	Sałata
66	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
67	<b>Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 100 g (3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Brokuły mrożone drobne
	2	Kurczak wędzony
	3	Ser feta(7-MLE)
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	6	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	7	Pestki słonecznika
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

68	Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1	Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui
69	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
70	<b>Schab po toskańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	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
71	Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Koper
	4	Sól
72	Seler naciowy słupki 50 g	
	1	Seler naciowy
73	<b>Ser mozzarella 40 g (7-MLE)</b>	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)
74	<b>Ser mozzarella kulki mini 40 g (7-MLE)</b>	
	1	Ser mozzarella kulki mini(7-MLE)
75	<b>Ser żółty 40 g (7-MLE)</b>	
	1	Ser żółty(7-MLE)
76	<b>Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
77	<b>Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
78	<b>Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
79	<b>Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

80	<b>Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziołowy
	8	Sól
81	<b>Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Masło 83% tł.(7-MLE)
	4	Olej
	5	Ziela prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziołowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
82	<b>Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Jagoda mrożona
83	<b>Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Pieprz czarny mielony
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Sól
84	<b>Sos ziołowy 60 g (1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Ziela prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
85	<b>Stek schabowy diet. 100 g (1-GLU)</b>	
	1	Schab b/k
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Olej
	4	Sól
86	<b>Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 100 g (9-SEL)</b>	
	1	Marchewka
	2	Jabłko
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
	8	Kwasek cytrynowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

87	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
88	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
89	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
90	<b>Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
91	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
92	<b>Szynka od szwagra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</b>	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
93	<b>Szynka z indyka 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)
94	<b>Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(1-GLU)
95	<b>Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)</b>	
	1	Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
96	Truskawki 100 g	
	1	Truskawki
97	Twarożek z pomarańczą 80 g	
	1	Twarożek z pomarańczą
98	<b>Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	4	Rukola
	5	Koper
	6	Natka pietruszki
	7	Bazylia
	8	Zioła prowansalskie
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

99	Udźziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udźzec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Sól
	4	Przyprawa do mięsa
100	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
101	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
102	<b>Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
103	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
104	<b>Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 400 ml (8-OWL, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Cukinia kostka mrożona
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Mleko kokosowe(8-OWL)
	7	Włoszczyzna(9-SEL)
	8	Pulpa mango
	9	Sok pomarańczowy
	10	Imbir mielony
	11	Kucharek smak natury
	12	Natka pietruszki
	13	Cukier
	14	Sól
105	<b>Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

106	<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Brukselka
	4	Kalafior mrożony drobny
	5	Brokuły mrożone drobne
	6	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	7	Marchewka
	8	Ćwiartka z kurczaka
	9	Pietruszka
	10	Marchewka kostka mrożona
	11	Seler(9-SEL)
	12	Natka pietruszki
	13	Liść laurowy
	14	Ziele angielskie
	15	Sól
107	<b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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
108	<b>Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
109	<b>Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Makaron muszelka(1-GLU)
	2	Ser topiony(7-MLE)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
110	<b>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Makaron świderki(1-GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Koper
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	Cząber
	12	lubczyk

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.01 do dnia 2026.05.10 dla diety: IMID  
Podstawowa Dzieci 1B**

111	<b>Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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