

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz 200 g	
	1 Arbuz	
2	Banan 1 szt	
	1 Banan	
3	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
4	Botwinka 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Boćwina	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Włoszczyzna(9-SEL)	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	7 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	8 Koper	
	9 Margaryna 80% tł.	
	10 Cukier	
	11 Sól	
	12 Natka pietruszki	
	13 Kucharek smak natury	
5	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)	
6	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	
7	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
8	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
9	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
10	Deser chia z mussem truskawkowym 200 g (7-MLE, 8-OWŁ)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	2 Mleko kokosowe(8-OWŁ)	
	3 Truskawki mrożone	
	4 Nasiona chia	
	5 Cukier	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

11	Filet z kurczaka po tokańsku 70 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Filet z kurczaka
	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
12	Gołąbek po hiszpańsku 120 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Łopátka wieprzowa
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Ryż
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Marchewka
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(3-JAJ)
13	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
14	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
15	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
16	Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Buraczki wiórki mrożone
	3	Pasta tahini
	4	Natka pietruszki
	5	Cytryna
	6	Czarnuszka ziarno
	7	Olej sezamowy
	8	Czosnek granulowany
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Pieprz cytrynowy
17	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
18	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
19	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)
20	Jogurt owocowy z borówką i brzoskwinia 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Brzoskwinie mrożona kostka

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

21	Jogurt pitny owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt pitny owocowy(7-MLE)
22	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
23	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
24	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Olej
	3	Sól
25	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
26	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Olej
	3	Sól
27	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
28	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
29	Kasza kuskus 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
30	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
31	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
32	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
33	Kefir 1 szt (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
34	Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Szpinak liście mrożony
	3	Olej
	4	Suszone pomidory
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Sól
	7	Czosnek świeży

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

35	Kisiel z morelą 200 ml (11-SEZ)	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
36	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
37	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
38	Koktajl snickers 150 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Kakao
39	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
40	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
41	Kotlet mielony wieprzowy z pieca 120 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatką wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Sól
	6	Oregano
	7	Ziela prowansalskie
	8	Majeranek
	9	Jaja(3-JAJ)
	10	Pieprz czarny mielony
42	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)
43	Kotlet z indyka siekany pieczony 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)
44	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

45	Krem z dyni 400 ml (9-SEL)	
	1	Dynia świeża
	2	Ziemniaki
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Pulpa mango
	5	Pestki słonecznika
	6	Sok pomarańczowy
	7	Sól
	8	Curry
	9	Kucharek smak natury
	10	Czosnek świeży
	11	Imbir mielony
46	Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU)	
	1	Kurczak gotowany premium 95% Duda(1-GLU)
47	Kurczak gotowany Tarczyński 50 g	
	1	Kurczak gotowany Tarczyński 85%
48	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
49	Makaron orzo 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron orzo(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
50	Marchewka słupek. 10 g	
	1	Marchewka słupek
51	Marchewka z groszkiem 120 g	
	1	Marchewka z groszkiem
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
52	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
53	Miruna w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Cytryna
	10	Jaja(3-JAJ)
54	Mix salat 10 g	
	1	Mix salat
55	Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Ogórek kiszony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Koper
	5	Musztarda(10-GOR)
56	Mus truskawkowy z jogurtem 200 ml (7-MLE)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
57	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

58	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
59	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Miód	
	3 Musztarda(10-GOR)	
	4 Sól	
60	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
61	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ)	
	1 Majonez(3-JAJ)	
	2 Jaja(3-JAJ)	
	3 Szczypiorek	
62	Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE)	
	1 Ser cukierniczy president 11% t.(7-MLE)	
	2 Twaróg 4% t.(7-MLE)	
	3 Łosoś wędzony(4-RYB)	
	4 Koper	
	5 Sól	
	6 Pieprz cytrynowy	
63	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Kurczak wędzony	
	2 Twaróg 4% t.(7-MLE)	
	3 Ser cukierniczy president 11% t.(7-MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(3-JAJ)	
	6 Natka pietruszki	
	7 Sól	
	8 Pieprz czarny mielony	
64	Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Groszek mrożony	
	2 Twaróg 4% t.(7-MLE)	
	3 Ser żółty wiórki(7-MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(3-JAJ)	
	6 Ziarno słonecznika	
	7 Natka pietruszki	
	8 Pieprz czarny mielony	
	9 Sól	
65	Pierogi z serem II 220 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Pierogi z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
66	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% t.(7-MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(1-GLU)	
67	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% t.(7-MLE)	
	2 Płatki owsiane(1-GLU)	
68	Poledwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1 Poledwica z piersi indyka Łukosz(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
69	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

70	Pyszka schabowa 40 g	
	1	Pyszka schabowa
71	Rogalik maślany 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Rogalik maślany mini(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
72	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Porcja rosółowa
	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
73	Roszponka 10 g	
	1	Roszponka
74	Rukola 10 g	
	1	Rukola
75	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
76	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
77	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
78	Sałata 10 g	
	1	Sałata
79	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
80	Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Tortellini z ricottą i szpinakiem
	2	Pyszka 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% kg(7-MLE)
	10	Majonez(3-JAJ)
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
	13	Pieprz czarny mielony
	14	Oregano
81	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

82	Schab pieczony z morelą 100 g	
	1	Schab b/k
	2	Morele suszone
	3	Olej
83	Seler naciowy słupki 50 g	
	1	Seler naciowy
84	Ser mozzarella 40 g (7-MLE)	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)
85	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
86	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE)	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
87	Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Ser ricotta
	3	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
88	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
89	Sos jogurtowo-malinowy 60 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Malina mrożona drobna
90	Sos paprykowy 60 g	
	1	Papryka mrożona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Liść laurowy
	8	Bazylija
	9	Sól
	10	Papryka mielona
	11	Czosnek granulowany
91	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
92	Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)	
	1	Koncentrat pomidorowy
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

93	Sos rozmarynowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Rozmaryn
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
94	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	Bazyliia
	8	Sól
95	Surówka kopenhaska 100 g (7-MLE, 10-GOR)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Koper
96	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Ogórek kiszony
	3	Marchewka
	4	Groszek konserwowy
	5	Cebula
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Koper
	9	Sól
97	Surówka z kapusty kiszonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
98	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 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

99	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1 Marchewka	
	2 Jabłka	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Cukier	
	6 Kwasek cytrynowy	
100	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	
101	Szpinak baby 10 g	
	1 Szpinak baby	
102	Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)	
103	Szynka na kartki 40 g	
	1 Szynka na kartki Nikipol	
104	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1 Szynka naturalna ze straganu	
105	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
106	Szynka pieczona z jabłkami 100 g	
	1 Szynka b/k	
	2 Jabłka	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Przyprawa do mięsa	
	6 Majeranek	
107	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)	
108	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)	
109	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
110	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
111	Truskawki 100 g	
	1 Truskawki	
112	Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)	
	3 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	4 Bazylia	
	5 Bazylia suszona	
	6 Sól	
	7 Pieprz czarny mielony	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

113	Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	3	Jabłko prażone
	4	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	5	Orzechy włoskie(8-OWL)
	6	Cukier
	7	Cukier waniliowy
	8	Cynamon
114	Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	4	Oliwki krojone
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
115	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Rzodkiewka
	4	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	5	Szczypiorek
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
116	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
117	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
118	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
119	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
120	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
121	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

122	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola biała
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól
123	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Ogórek zielony
	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
124	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
125	Zupa meksykańska z ziemniakami 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola czerwona konserwowa
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Marchew talarki mrożona
	5	Papryka mrożona
	6	Pieczarki mrożone
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Włoszczyzna(9-SEL)
	9	Pomidory pelati
	10	Cebula
	11	Koncentrat pomidorowy
	12	Olej
	13	Natka pietruszki
	14	Sól
	15	Czosnek granulowany
	16	Pieprz czarny mielony
	17	Papryka mielona
	18	Czosnek świeży
	19	Papryka wędzona
	20	Kukrsuma mielona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.05.21 do dnia 2026.05.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

126	Zupa ogórkowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Makaron łazanki(1-GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Sól
127	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
128	Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ryż
	3	Marchewka kostka mrożona
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól