

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Lp		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Asortyment		Składniki
1	Arbuz 200 g	
	1 Arbuz	
2	Banan 1 szt	
	1 Banan	
3	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
4	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
5	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 320g(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 rodzinny 50 g	
	1 Chleb rodzinny 500 g	
8	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barwy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
9	Chleb drożdżowy 50 g	
	1 Chleb drożdżowy 450g	
10	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
11	Chleb żytni zdrowko 50 g	
	1 Chleb żytni zdrowko	
12	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Maślanka kg(7-MLE)	
	2 Kefir kg(7-MLE)	
	3 Buraki	
	4 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	5 Ogórek zielony	
	6 Botwina	
	7 Rzodkiewka	
	8 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	9 Koper	
	10 Szczypiorek	
	11 Sól	
	12 Pieprz czarny mielony	
	13 Jaja(3-JAJ)	
	14 Czosnek granulowany	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Deser chia z mango i kiwi 200 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Mleko kokosowe(8-OWL)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Pulpa mango
	4	Kiwi mrożone
	5	Nasiona chia
	6	Cukier
14	Deser tiramisu z liofilizowaną maliną 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
	2	Mascarpone(7-MLE)
	3	Serek waniliowy President(7-MLE)
	4	Malina liofilizowana
	5	Kakao
15	Deser z galaretki i serka homogenizowanego z borówkami 150 ml (7-MLE)	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Galaretka w proszku
16	Dorsz w cieście bazylowym (smażony) 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)
17	Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ)	
	1	Filet z indyka
	2	Olej
	3	Bulka tarta(1-GLU)
	4	Sezam ziarna(11-SEZ)
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jaja(3-JAJ)
18	Gołąbek po hiszpańsku 120 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Łopatką 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)
19	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)
20	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

21	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
22	Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto rosso(7-MLE, 8-OWL)
	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
23	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
24	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
25	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
26	Jogurt owocowy z truskawką i jagodą 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Jagoda mrożona
27	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
28	Kalaflor 120 g	
	1	Kalaflor
	2	Olej
	3	Sól
29	Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 120 g	
	1	Kapusta biała młoda
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koncentrat pomidorowy
	4	Pomidory pelati
	5	Koper
	6	Sól
	7	Liść laurowy
	8	Ziele angielskie
30	Kartacze z mięsem 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)	
	1	Cebula
	2	Ślönina
	3	Kartacze z mięsem(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)
	4	Olej
	5	Sól
31	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

32	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Olej
	3	Sól
33	Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
34	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
35	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
36	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
37	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
38	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
39	Kisiel z morelą 200 ml (11-SEZ)	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
40	Koktajl jogurtowo brzoskwinowy 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Brzoskwinie mrożona kostka
	3	Cukier
41	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
42	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
43	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

44	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 120 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Sól
	7	Oregano
	8	Ziół prowansalskie
	9	Majeranek
	10	Jaja(3-JAJ)
	11	Pieprz czarny mielony
45	Kotlet schabowy (smażony) 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)
46	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
47	Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU)	
	1	Kurczak gotowany premium 95% Duda(1-GLU)
48	Kurczak gotowany Tarczyński 50 g	
	1	Kurczak gotowany Tarczyński 85%
49	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
50	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
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	Maślanka 1 szt (7-MLE)	
	1	Maślanka szt(7-MLE)
54	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
55	Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB)	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Olej
	3	Koper
	4	Ziół prowansalskie
	5	Sól
56	Morele 2 szt	
	1	Morele
57	Mus truskawkowy z jogurtem 200 ml (7-MLE)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

58	Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
59	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
60	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
61	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
62	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
63	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
64	Papryka 30 g	
	1	Papryka
65	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
66	Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Tuńczyk(4-RYB)
	2	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	3	Seler konserwowy(9-SEL)
	4	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	5	Ogórek kiszony
	6	Majonez(3-JAJ)
	7	Musztarda(10-GOR)
	8	Cebula
	9	Szczypiorek
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Sól
67	Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-ŁUB)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto bazyliowe(5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ)
	3	Soczewica(13-ŁUB)
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
	6	Kwasek cytrynowy
68	Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Groszek mrożony
	2	Twaróg 4% tł.(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
69	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

70	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
71	Polędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
72	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
73	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
74	Pudding z kaszy kukurydzianej z musem malinowym 200 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Malina mrożona drobna
	3	Kasza kukurydziana
	4	Cukier waniliowy
	5	Sól
75	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
76	Roszponka 10 g	
	1	Roszponka
77	Rukola 10 g	
	1	Rukola
78	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
79	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
80	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
81	Sałata 10 g	
	1	Sałata
82	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

83	Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	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
84	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% kg(7-MLE)
	10	Majonez(3-JAJ)
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
	13	Pieprz czarny mielony
	14	Oregano
85	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
86	Seler naciowy słupki 50 g	
	1	Seler naciowy
87	Ser mozzarella 40 g (7-MLE)	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)
88	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)
89	Serek wiejski 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
90	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
91	Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Seler naciowy
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Cebula
	8	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	9	Olej
	10	Zioła prowansalskie
	11	Sól
92	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

93	Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Śmietana 36%(7-MLE)
	3	Olej
	4	Koper
	5	Cytryna
	6	Czosnek świeży
	7	Sól
	8	Pieprz cytrynowy
94	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
95	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
96	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
97	Surówka czerwony collesław 120 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchew żółta
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Jabłka
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Sól
98	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

99	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1 Kapusta biała	
	2 Jabłka	
	3 Marchewka	
	4 Ogórek kiszony	
	5 Olej	
	6 Cukier	
	7 Sól	
100	Surówka z kapusty kiszonej młodej 100 g	
	1 Kapusta kiszona młoda	
	2 Marchewka	
	3 Jabłka	
	4 Olej	
	5 Cukier	
	6 Koper	
	7 Sól	
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 Nipol	
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 z indyka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)	
107	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
108	Twarożek 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	3 Twaróg do wypieków Piątница(7-MLE)	
	4 Sól	
	5 Pieprz czarny mielony	
109	Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Twaróg do wypieków Piątница(7-MLE)	
	3 Jabłko prażone	
	4 Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)	
	5 Orzechy włoskie(8-OWL)	
	6 Cukier	
	7 Cukier waniliowy	
	8 Cynamon	
110	Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	3 Twaróg do wypieków Piątница(7-MLE)	
	4 Oliwki krojone	
	5 Natka pietruszki	
	6 Sól	
	7 Pieprz czarny mielony	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

111	Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	4	Rukola
	5	Koper
	6	Natka pietruszki
	7	Bazylia
	8	Zioła prowansalskie
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
112	Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Jabłko
	3	Sól
	4	Olej
	5	Przyprawa do mięsa
113	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
114	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
115	Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU)
	3	Cukier
	4	Sól
116	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
117	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Botwina
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Włoszczyzna(9-SEL)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Por
	8	Seler(9-SEL)
	9	Marchewka
	10	Masło roślinne 80% tł.
	11	Cebula
	12	Koper
	13	Natka pietruszki
	14	Mięta
	15	Liść laurowy
	16	Kucharek smak natury
	17	Pieprz czarny mielony
	18	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

118	Zupa kartoflanka śląska 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Marchewka
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Boczek wędzony
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Por
	8	Seler(9-SEL)
	9	Masło roślinne 80% tł.
	10	Natka pietruszki
	11	Koper
	12	lubczyk
	13	Sól
119	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
120	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Makaron łazanki(1-GLU)
	4	Bataty mrożone
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Marchewka kostka mrożona
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Marchewka
	9	Seler(9-SEL)
	10	Natka pietruszki
	11	Czosnek granulowany
	12	Imbir mielony
	13	Koper
	14	Kucharek smak natury
	15	Pieprz czarny mielony
	16	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

121	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	Kukrkuma mielona
122	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	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
123	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
124	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
125	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (9-SEL, 13-LUB)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Soczewica(13-LUB)
	4	Cebula
	5	Koncentrat pomidorowy
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Masło roślinne 80% tł.
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Majeranek