

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 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	Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Łopatka wieprzowa	
	2 Cebula	
	3 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)	
	4 Mąka pszenna(1-GLU)	
	5 Olej	
	6 Jaja(3-JAJ)	
3	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
4	Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU)	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Pieprz ziolowy	
	5 Sól	
5	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
6	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)	
7	Carpaccio z buraczków 120 g (8-OWŁ, 11-SEZ)	
	1 Buraki	
	2 Miód	
	3 Orzechy włoskie(8-OWŁ)	
	4 Sezam ziarna(11-SEZ)	
	5 Ocet winny	
	6 Ocet balsamiczny	
	7 Sól	
8	Chleb rodzinny 50 g	
	1 Chleb rodzinny 500 g	
9	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
10	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
11	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1 Chleb razowy(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
12	Chleb żytni zdrowko 50 g	
	1 Chleb żytni zdrowko	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	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
14	Deser sernikowy z pomarańczą, malinami i czekoladą 150 ml	
	1	Twarożek z pomarańczą
	2	Wirki czekolada deserowa
	3	Malina liofilizowana
15	Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Śmietana 36%(7-MLE)
	3	Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)
	4	Botwina
	5	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	6	Masło 83% tł.(7-MLE)
	7	Olej
	8	Cytryna
	9	Koper
	10	Pieprz ziołowy
	11	Jaja(3-JAJ)
	12	Sól
	13	Kucharek smak natury
16	Eskałopki z indyka 80 g (1-GLU)	
	1	Filet z indyka
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Pieprz ziołowy
	5	Sól
17	Fasolka gotowana 100 g	
	1	Fasolka szparagowa zielona
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
18	Filet z indyka maślany 40 g	
	1	Filet z indyka maślany Łukosz
19	Filet z kurczaka w panierce panko (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Panierka panko(1-GLU)
	3	Olej
	4	Sól
	5	Jaja(3-JAJ)
	6	Przyprawa do kurczaka
20	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

21	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
22	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
23	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
24	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
25	Jagodzikanka 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)	
	1	Jagodzikanka(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)
26	Jajko 1 szt (3-JAJ)	
	1	Jajko(3-JAJ)
27	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)
28	Jogurt owocowy z jagodą i płatkami migdałów 200 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Jagoda mrożona
	3	Płatki migdałowe(5-OZI, 8-OWL)
29	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
30	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
31	Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
32	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
33	Kasza kuskus 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
34	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

35	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
36	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
37	Kefir 1 szt (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
38	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
39	Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Oliwki krojone
	4	Olej
	5	Sól
	6	Papryka mielona
	7	Kmin rzymski
	8	Imbir mielony
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Natka pietruszki
	11	Jaja(3-JAJ)
40	Koktajl szarlotka 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Jabłka
	2	Kefir kg(7-MLE)
	3	Płatki owsiane(1-GLU)
	4	Miód
	5	Cynamon
41	Koktajl z ananasa 200 g (8-OWL)	
	1	Ananas konserwowy
	2	Mleko kokosowe(8-OWL)
	3	Cytryna
	4	Mięta
42	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
43	Kopytka 180 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Kopytka(1-GLU, 3-JAJ)
	2	Olej
44	Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU)	
	1	Kurczak gotowany premium 95% Duda(1-GLU)
45	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
46	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
47	Miód szt. 1 szt	
	1	Miód porcjowany
48	Mix салат 10 g	
	1	Mix салат

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

49	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
50	Morele 2 szt	
	1	Morele
51	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
52	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
53	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
54	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
55	Pałki z kurczaka pieczone 2 szt	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Olej
	3	Sól
56	Papryka 30 g	
	1	Papryka
57	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Suszone pomidory
	3	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
58	Pasta twarogowa z warzywami 80 g (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	4	Pomidor
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
	7	Pieprz cytrynowy
	8	Koper
59	Pasta z makreli 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	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
60	Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatką wieprzowa
	2	Bulka specjalna krojona 320g(1-GLU)
	3	Olej
	4	Bulka tarta(1-GLU)
	5	Jaja(3-JAJ)
61	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 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

62	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
63	Polędwica z piersi indyka 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
64	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
65	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
66	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Nasiona chia
67	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1	Pyzdra szynkowa
68	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
69	Rukola 10 g	
	1	Rukola
70	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
71	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
72	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
73	Sałata 10 g	
	1	Sałata
74	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
75	Sałata lodowa z sosem vinegret 80 g	
	1	Sałata lodowa
	2	Olej
	3	Koper
	4	Sos ogrodowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

76	Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Marchewka kostka mrożona
	2	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
	3	Jabłko
	4	Ziemniaki
	5	Seler(9-SEL)
	6	Pietruszka
	7	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	8	Jaja(3-JAJ)
	9	Sól
77	Salatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Kurczak wędzony
	2	Ogórek zielony
	3	Papryka
	4	Kukurydza konserwowa
	5	Groszek konserwowy
	6	Majonez(3-JAJ)
	7	Makaron muszelka(1-GLU)
	8	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	9	Musztarda(10-GOR)
	10	Szczypiorek
	11	Sól
78	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1	Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui
79	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
80	Seler naciowy słupki 50 g	
	1	Seler naciowy
81	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
82	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(7-MLE)
83	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE)	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
84	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg do wypieków Piątka(7-MLE)
	2	Natka pietruszki
85	Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Serek Tartare naturalny(7-MLE)
86	Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Koper
87	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

88	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 50 g	
	1	Fasola biała
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Śliwki suszone
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek
	9	Czosnek świeży
89	Sos bazyliowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Bazylia
	4	Natka pietruszki
	5	Sól
	6	Kucharek smak natury
	7	lubczyk
	8	Pieprz cytrynowy
90	Sos chrzanowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Chrzan
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
91	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 ziołowy
	8	Sól
92	Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Szpinak rozdrobniony mrożony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Olej
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziołowy
	8	Sól
93	Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Musztarda(10-GOR)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Sól
94	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 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

95	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	
96	Sos ziółowy 60 g (1-GLU)	
	1 Mąka pszenna(1-GLU)	
	2 Olej	
	3 Zioła prowansalskie	
	4 Liść laurowy	
	5 Ziele angielskie	
	6 Pieprz ziółowy	
	7 Sól	
97	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1 Kapusta biała	
	2 Jabłka	
	3 Marchewka	
	4 Ogórek kiszony	
	5 Olej	
	6 Cukier	
	7 Sól	
98	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 100 g (9-SEL)	
	1 Marchewka	
	2 Jabłka	
	3 Pietruszka	
	4 Seler(9-SEL)	
	5 Olej	
	6 Cukier	
	7 Sól	
	8 Kwasek cytrynowy	
99	Surówka z kapusty kiszonej młodej 100 g	
	1 Kapusta kiszona młoda	
	2 Marchewka	
	3 Jabłka	
	4 Olej	
	5 Cukier	
	6 Koper	
	7 Sól	
100	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1 Marchewka	
	2 Jabłka	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Cukier	
	6 Kwasek cytrynowy	
101	Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 100 g	
	1 Pomidor	
	2 Ogórek zielony	
	3 Cebula	
	4 Natka pietruszki	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

102	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
103	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
104	Szynka delikatesowa z fileta 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Szynka delikatesowa z fileta Tarczyński 85%(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
105	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
106	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
107	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)
108	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)
109	Szynka z piersi kurczaka 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(1-GLU)
110	Szynka z zalewy Szuster 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
111	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
112	Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
113	Wafle kukurydżiane 2 szt	
	1	Wafle kukurydżiane
114	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
115	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1	Wieprzowina z zapiecka
116	Zawijańce z szynką w panierce 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR)	
	1	Schab b/k
	2	Szynka konserwowa(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Cebula
	5	Ogórek kiszony
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Musztarda(10-GOR)
	8	Olej
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(3-JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

117	Ziemniaki 140 g	
	1 Ziemniaki obierane	
	2 Ziemniaki	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Koper	
	5 Sól	
118	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	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	
119	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 400 ml (9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Kapusta kiszona młoda	
	3 Pomidory pelati	
	4 Włoszczyzna(9-SEL)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Boczek wędzony	
	7 Cebula	
	8 Natka pietruszki	
	9 Kucharek smak natury	
	10 Cukier	
	11 Olej	
	12 Sól	
120	Zupa kokosowa z ryżem 400 ml (8-OWL, 9-SEL)	
	1 Dynia mrożona	
	2 Cukinia kostka mrożona	
	3 Ryż	
	4 Marchewka kostka mrożona	
	5 Papryka mrożona	
	6 Włoszczyzna(9-SEL)	
	7 Por	
	8 Mleko kokosowe(8-OWL)	
	9 Ćwiartka z kurczaka	
	10 Kukurydza konserwowa	
	11 Pomidory pelati	
	12 Natka pietruszki	
	13 Imbir mielony	
	14 Szczypiorek	
	15 Cukier	
	16 Sól	
	17 Curry	
	18 Pieprz czarny mielony	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.01 do dnia 2026.08.10 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

121	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	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 Iubczyk	
122	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	
123	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Włoszczyzna(9-SEL)	
	2 Fasolka szparagowa zielona	
	3 Makaron muszelka(1-GLU)	
	4 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Natka pietruszki	
	7 Kucharek smak natury	
	8 Sól	
124	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (9-SEL, 13-ŁUB)	
	1 Ziemniaki	
	2 Włoszczyzna(9-SEL)	
	3 Soczewica(13-ŁUB)	
	4 Cebula	
	5 Koncentrat pomidorowy	
	6 Ćwiartka z kurczaka	
	7 Masło roślinne 80% tł.	
	8 Sól	
	9 Pieprz czarny mielony	
	10 Majeranek	
125	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Marchewka kostka mrożona	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Zacierka(1-GLU)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Natka pietruszki	
	7 Kucharek smak natury	
	8 Sól	