

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 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	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (MLE, GLU, MWP, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Żurek(GLU)	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	6 Boczek wędzony(MWP)	
	7 Majeranek	
	8 Kucharek smak natury	
	9 Sól	
4	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
5	Botwina 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Boćwina	
	4 Włoszczyzna(SEL)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	7 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	8 Margaryna 80% tł.	
	9 Cukier	
	10 Sól	
	11 Koper	
	12 Natka pietruszki	
	13 Kucharek smak natury	
6	Buraczki 120 g (GLU, SEL)	
	1 Buraki	
	2 Mąka ziemniaczana	
	3 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cukier	
	6 Sól	
	7 Kwasek cytrynowy	
7	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
8	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

9	Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (MLE, GLU, JAJ, RYB)	
	1	Dorsz(RYB)
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Cytryna
	10	Jaja(JAJ)
10	Dżem szt 1 szt	
	1	Dżem porcjowany
11	Filet z kurczaka po toskańsku 70 g (MLE, GLU)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Suszone pomidory
	6	Ser żółty wiórki 22,90% tł.(MLE)
	7	Śmietana 18% tł.(MLE)
	8	Papryka mielona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
12	Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 120 g (JAJ, SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Ryż
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Marchewka
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(JAJ)
13	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
14	Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Herbatniki(MLE, GLU, JAJ)
15	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jaja(JAJ)
	3	Szczypiorek
16	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
17	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
18	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

19	Karkówka pieczona w sosie miodowo-musztardowym 100 g (GOR)	
	1	Karkówka
	2	Miód
	3	Musztarda(GOR)
	4	Sól
	5	Olej
	6	Przyprawa do mięsa
20	Kartacze z mięsem 3 szt (GLU)	
	1	Cebula
	2	Ślonina
	3	Kartacze z mięsem(GLU)
	4	Olej
	5	Sól
21	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
22	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
23	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
24	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
25	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
26	Kisiel 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
27	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
28	Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
29	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
30	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
31	Kotlet schabowy z pieca diet. 70 g (GLU, JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Sól
	6	Jajka(JAJ)
32	Krucze ciastka 60 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Krucze ciastka(MLE, GLU, JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

33	Marchewka gotowana 120 g	
	1	Marchewka kostka mrożona
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
34	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
35	Mini muffiny 2 szt	
	1	Mini muffiny
36	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)
37	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
38	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
39	Papryka 30 g	
	1	Papryka
40	Pasta jajeczna z brokułami 80 g (MLE, JAJ, GOR)	
	1	Brokuły mrożone
	2	Majonez(JAJ)
	3	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	4	Jajka(JAJ)
	5	Sól
	6	Koper
	7	Musztarda(GOR)
	8	Pieprz cytrynow
41	Pasta z makreli 80 g (MLE, JAJ, RYB)	
	1	Makrela wędzona(RYB)
	2	Twaróg 4% tł.(MLE)
	3	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	4	Majonez(JAJ)
	5	Natka pietruszki
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
42	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
43	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
44	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
45	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
46	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
47	Rolada schabowa ze szpinakiem 120 g	
	1	Schab b/k
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziółowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

48	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Makaron nitki (GLU)
	2	Ćwiartka z kurczaka
	3	Pietruszka
	4	Seler (SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Przyprawa do mięsa
	11	Pieprz czarny mielony
	12	lubczyk
	13	Cząber
49	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
50	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł. (MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
51	Salata 10 g	
	1	Salata
52	Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	
	1	Salatka jarzynowa (SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłko
	4	Majonez (JAJ)
	5	Jaja (JAJ)
	6	Sól
53	Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Kalafior
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Szynka konserwowa (GLU)
	4	Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)
	5	Majonez (JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
54	Salatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
55	Ser biały 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł. (MLE)
56	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty 22,90% tł. (MLE)
57	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł. (MLE)
	2	Koper

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

58	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 50 g	
	1	Fasola biała
	2	Jablka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Olej
	6	Śliwki suszone
	7	Majeranek
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Majeranek
	11	Czosnek świeży
59	Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziolowy
	8	Sól
60	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
61	Sos majerankowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziolowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
62	Sos pieczeniowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
63	Sos pomidorowy 60 g (GLU)	
	1	Koncentrat pomidorowy
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
64	Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Pieprz ziolowy
	5	Ziele angielskie
	6	Liść laurowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

65	Surówka collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
66	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
67	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Majonez(JAJ)
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
68	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
69	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
70	Surówka z rzepy białej 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
71	Surówka z selera (z majonezem) 100 g (JAJ, SEL)	
	1	Seler(SEL)
	2	Jabłka
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Brzoskwinie konserwowe
	5	Majonez(JAJ)
	6	Cukier
	7	Sól
72	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadalospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

73	Szynka na kartki Nikpol 40 g	
	1 Szynka na kartki Nikpol	
74	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I (GLU)	
75	Szynka pieczona w sosie własnym 100 g	
	1 Szynka b/k	
	2 Olej	
	3 Sól	
	4 Mąka ziemniaczana	
76	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Droximex (GLU)	
77	Szynka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 70 g (MLE, GOR)	
	1 Szynka b/k	
	2 Dynia mrożona	
	3 Mandarynka w puszcze	
	4 Śmietana 18% tł. (MLE)	
	5 Sok pomarańczowy	
	6 Olej	
	7 Natka pietruszki	
	8 Mąka ziemniaczana	
	9 Musztarda (GOR)	
	10 Czosnek granulowany	
	11 Papryka mielona	
	12 Kucharek smak natury	
	13 Sól	
	14 Pieprz ziółowy	
78	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I (GLU)	
79	Truskawki 100 g	
	1 Truskawki	
80	Twarożek chrzanowy 80 g (MLE)	
	1 Twaróg 4% tł. (MLE)	
	2 Chrzan	
	3 Jogurt naturalny 2%tł. (MLE)	
	4 Sól	
	5 Koper	
81	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)	
	1 Twaróg 4% tł. (MLE)	
	2 Oliwki krojone	
	3 Natka pietruszki	
	4 Sól	
	5 Pieprz czarny mielony	
82	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1 Twaróg 4% tł. (MLE)	
	2 Szczypiorek	
83	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1 Udziec z kurczaka z/k	
	2 Olej	
	3 Przyprawa do kurczaka	
	4 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

84	Ziemniaki 60 g	
	1 Ziemniaki obierane	
	2 Ziemniaki	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Sól	
	5 Koper	
85	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)	
	1 Dynia mrożona	
	2 Włoszczyzna(SEL)	
	3 Zacierka(GLU, JAJ)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Imbir mielony	
	7 Kucharek smak natury	
	8 Natka pietruszki	
	9 Sól	
	10 Czosnek granulowany	
86	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Włoszczyzna(SEL)	
	2 Kalafior	
	3 Kasza jęczmienna(GLU)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Sól	
87	Zupa koperkowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL)	
	1 Włoszczyzna(SEL)	
	2 Ryż	
	3 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Koper	
	6 Kucharek smak natury	
	7 Natka pietruszki	
	8 Sól	
88	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ser topiony 27% tł.(MLE)	
	2 Makaron świderki(GLU)	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Natka pietruszki	
	7 Kucharek smak natury	
	8 Sól	
89	Zupa ogórkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Ogórek kiszony	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Natka pietruszki	
	7 Kucharek smak natury	
	8 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-05-21 do dnia 2024-05-31 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

90	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Kasza bulgur(GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
91	Zupa z młodej kapusty 400 ml (SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta biała
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Cebula
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Olej
	11	Sól
92	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, MWP, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Włoszczyzna(SEL)
	6	Boczek wędzony(MWP)
	7	Marchew talarki mrożona
	8	Masło roślinne 80% tł.
	9	Natka pietruszki
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Sól
	12	Liść laurowy
	13	lubczyk
	14	Ziele angielskie