

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 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	Banan 1 szt	
	1   Banan	
3	Brzoskwinia 1 szt	
	1   Brzoskwinie	
4	<b>Budyń 200 ml (MLE, GLU)</b>	
	1   Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2   Budyń(MLE, GLU)	
	3   Cukier	
5	<b>Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU)</b>	
	1   Chleb barowy 600g(GLU)	
6	<b>Chleb pszenny 100 g (GLU)</b>	
	1   Chleb barowy 600g(GLU)	
7	<b>Chleb razowy 50 g (GLU)</b>	
	1   Chleb razowy(GLU)	
8	Dżem szt 1 szt	
	1   Dżem porcjowany	
9	Herbata z cukrem 250 ml	
	1   Cukier	
	2   Herbata ekspresowa	
10	Jabko 1 szt	
	1   Jabłka	
11	<b>Jogurt naturalny 1 szt (MLE)</b>	
	1   Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)	
12	<b>Jogurt owocowy 1 szt (MLE)</b>	
	1   Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)	
13	<b>Kakao 250 g (MLE)</b>	
	1   Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2   Cukier	
	3   Kakao	
14	<b>Kapusta kiszona zasmażana 120 g (MWP)</b>	
	1   Kapusta kiszona	
	2   Olej	
	3   Cebula	
	4   Boczek wędzony(MWP)	
	5   Sól	
	6   Liść laurowy	
	7   Ziele angielskie	
15	<b>Kasza bulgur 140 g (GLU)</b>	
	1   Kasza bulgur(GLU)	
	2   Margaryna 80% tł.	
	3   Sól	
16	Kasza gryczana 140 g	
	1   Kasza gryczana	
	2   Sól	
17	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1   Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2   Kasza jaglana	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

18	<b>Kasza pęczak 220 g (GLU)</b>	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
19	<b>Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
20	<b>Kefir 1 szt (MLE)</b>	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
21	Kisiel 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
22	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
23	<b>Knedle z truskawkami 320 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Knedle z owocami(GLU, JAJ)
24	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
25	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
26	<b>Krucze ciastka 60 g (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Krucze ciastka(MLE, GLU, JAJ)
27	<b>Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)</b>	
	1	Łopatka z pietruszką(GLU)
28	<b>Makaron kokardki 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron kokardki(GLU)
29	<b>Makaron spaghetti 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron spaghetti(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
30	<b>Masło 10 g (MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
31	<b>Medalion wieprzowy z cebulką i pieczarkami 120 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Schab b/k
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Cebula
	4	Pieczarka świeża
	5	Olej
	6	Sól
	7	Jaja(JAJ)
32	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
33	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
34	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
35	Pałki z kurczaka pieczone 2 szt	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

36	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
37	<b>Pasta jajeczna ze szpinakiem 80 g ( JAJ)</b>	
	1 Szpinak mrożony	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Jaja(JAJ)	
38	<b>Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g ( JAJ)</b>	
	1 Szprotki	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Koper	
	4 Jaja(JAJ)	
39	<b>Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g ( MLE)</b>	
	1 Twaróg 4% t.(MLE)	
	2 Suszone pomidory	
40	<b>Pasta z zielonego groszku i sera 80 g ( MLE, JAJ)</b>	
	1 Groszek konserwowy	
	2 Twaróg 4% t.(MLE)	
	3 Ser żółty 22,90% t.(MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(JAJ)	
	6 Ziarno słonecznika	
	7 Natka pietruszki	
	8 Pieprz czarny mielony	
	9 Sól	
41	<b>Pieczeń rzymska z pieczarkami 120 g ( GLU, JAJ)</b>	
	1 Łopatka wieprzowa	
	2 Pieczarki mrożone	
	3 Bułka specjalna krojona 300g(GLU)	
	4 Olej	
	5 Bułka tarta(GLU)	
	6 Jaja(JAJ)	
42	<b>Pierś z kurnej półki 50 g ( GLU)</b>	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)	
43	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( MLE, GLU)</b>	
	1 Mleko 3,2% t.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
44	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml ( MLE, GLU)</b>	
	1 Mleko 3,2% t.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	
45	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
46	Pyzdra schabowa 40 g	
	1 Pyzdra schabowa	
47	<b>Pyzdra szynkowa 40 g ( GLU)</b>	
	1 Pyzdra szynkowa(GLU)	
48	<b>Rogaliki mini 50 g ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1 Rogaliki mini(MLE, GLU, JAJ)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

49	<b>Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL)</b>	
	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
50	<b>Ryż na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
51	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
52	Salata 10 g	
	1	Salata
53	Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1	Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui
54	<b>Sałatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)</b>	
	1	Kiełbasa szynkowa wędzona(GLU)
	2	Ziemniaki
	3	Ogórek kiszony
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cebula czerwona
	6	Musztarda(GOR)
	7	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	8	Szczypiorek
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
55	Sałatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
56	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
57	<b>Ser żółty 40 g (MLE)</b>	
	1	Ser żółty 22,90% tł.(MLE)
58	<b>Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)</b>	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
59	<b>Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)</b>	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
60	<b>Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)</b>	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Szczypiorek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

61	<b>Sos boloński wieprzowy 200 g ( MLE, GLU, SEL )</b>	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
62	<b>Sos jarzynowy 60 g ( GLU, SEL )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Margaryna 80% t.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziołowy
	8	Sól
63	<b>Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( MLE, GLU )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Śmietana 18% t.(MLE)
	3	Masło 83% t.(MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziołowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
64	<b>Sos pieczeniowy 60 g ( GLU )</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
65	<b>Sos pietruszkowy 60 g ( GLU )</b>	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
66	<b>Sos waniliowo-jogurtowy 60 g ( MLE )</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	2	Cukier waniliowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

67	Sos z pomidorów pelati 60 g	
	1	Pomidory pelati
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziolowy
	7	Bazylia
	8	Sól
68	<b>Sos ziolowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
69	<b>Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
70	<b>Surówka kopenhaska 100 g (MLE, GOR)</b>	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
71	<b>Surówka wielowarzywna 100 g</b>	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
72	<b>Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ)</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Majonez(JAJ)
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

73	<b>Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ( JAJ)</b>	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Marchewka
	5	Jabłka
	6	Majonez(JAJ)
	7	Cukier
	8	Sól
74	<b>Surówka z marchwi i jabłka 100 g</b>	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
75	<b>Surówka z ogórka kiszzonego 100 g</b>	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
76	<b>Szyniec z kurczaka 120 g ( GLU, JAJ)</b>	
	1	Filet z kurczaka
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Sól
	6	Jajka(JAJ)
77	<b>Szynka bankietowa 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
78	<b>Szynka na kartki 40 g</b>	
	1	Szynka na kartki Nikipol
79	<b>Szynka tostowa z kurcząt 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
80	<b>Szynka z indyka 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
81	<b>Truskawki 100 g</b>	
	1	Truskawki
82	<b>Twarożek ze szczypiorkiem 80 g ( MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Szczypiorek
83	<b>Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g</b>	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
84	<b>Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 120 g</b>	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Jabłka
	3	Sól
	4	Olej
	5	Przyprawa do mięsa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

85	Wieprzowina duszona 100 g	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Sól
86	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
87	<b>Zraz schabowy z szynką 120 g ( GLU, GOR)</b>	
	1	Schab b/k
	2	Szynka konserwowa(GLU)
	3	Cebula
	4	Ogórek kiszony
	5	Musztarda(GOR)
	6	Olej
	7	Mąka pszenna(GLU)
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
88	<b>Zupa brukselkowa 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Brukselka
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Czosnek granulowany
	10	Gałka muszkatołowa
	11	Ocet winny
	12	lubczyk
89	<b>Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 400 ml ( SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Cukinia plastry mrożona
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Mleko kokosowe
	7	Włoszczyzna(SEL)
	8	Pulpa mango
	9	Sok pomarańczowy
	10	Imbir mielony
	11	Kucharek smak natury
	12	Natka pietruszki
	13	Cukier
	14	Sól



**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

90	<b>Zupa minestrone z łazankami 400 ml ( GLU, JAJ, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Makaron łazanki(GLU, JAJ)
	4	Cukinia plastry mrożona
	5	Pomidory pelati
	6	Kapusta biała
	7	Marchewka kostka mrożona
	8	Fasolka szparagowa zielona
	9	Koncentrat pomidorowy
	10	Fasola biała
	11	Groszek mrożony
	12	Masło roślinne 80% tł.
	13	Natka pietruszki
	14	Liść laurowy
	15	Sól
	16	Czosnek świeży
	17	Pieprz czarny mielony
91	<b>Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Ryż
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Cukier
	9	Sól
92	<b>Zupa peyzanka 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
93	<b>Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ryż
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
	9	lubczyk
	10	Cząber

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-06-01 do dnia 2024-06-10 dla diety: imid podstawowa dzieci 1B**

94	<b>Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ser topiony 27% tł.(MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Ser żółty wiórki 22,90% tł.(MLE)
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
95	<b>Zupa z soczewicy czerwonej 500 ml ( SEL)</b>	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Soczewica
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek
96	<b>Zupa zalewajka grzybowa 300 ml ( MLE, GLU, MWP, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kielbasa podwawelska(GLU)
	5	Żurek(GLU)
	6	Grzyby mrożone
	7	Chrzan
	8	Boczek wędzony(MWP)
	9	Kwasek cytrynowy
	10	Majeranek
	11	Kucharek smak natury
	12	Sól