

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 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	Borówka amerykańska 100 g	
	1 Borówka amerykańska	
4	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	
5	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
6	Budyń 200 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Budyń(MLE, GLU)	
	3 Cukier	
7	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
8	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
9	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g (MLE)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	2 Banan	
	3 Kakao	
10	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 Jajka(JAJ)	
11	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

12	Eskalopki z indyka 70 g (GLU)	
	1	Filet z indyka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Pieprz ziolowy
	4	Sól
	5	Olej
13	Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g (MLE, GLU)	
	1	Fasolka szparagowa zielona
	2	Fasolka szparagowa żółta
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Masło 83% tł.(MLE)
	5	Sól
14	Filet z kurczaka panier.w sezamie 100 g (GLU, JAJ, SEZ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Olej
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Sezam ziarna(SEZ)
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jajka(JAJ)
15	Gulasz wieprzowy 180 g (GLU, SEL)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Pieczarki mrożone
	3	Papryka mrożona
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Sól
	9	Pieprz ziolowy
	10	Przyprawa do mięsa
16	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
17	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jajka(JAJ)
	3	Szczypiorek
18	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
19	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
20	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	Kapusta biała zasmażana z pomidorami pelati 120 g (GLU)	
	1	Kapusta biała
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Olej
	6	Cebula
	7	Sól
	8	Liść laurowy
	9	Ziele angielskie

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

22	Kartacze z mięsem 3 szt (GLU)	
	1	Cebula
	2	Ślonina
	3	Kartacze z mięsem(GLU)
	4	Olej
	5	Sól
23	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1	Kasza bulgur(GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
24	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
25	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
26	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
27	Kasza pęczak 220 g (GLU)	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
28	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
29	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
30	Kisiel z jabłkiem 200 ml	
	1	Jabłka
	2	Kisiel
	3	Cukier
31	Kisiel z jagodami 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
	3	Jagoda mrożona
32	Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
33	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
34	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
35	Krucze ciastka 60 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Krucze ciastka(MLE, GLU, JAJ)
36	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(GLU)
37	Makaron spaghetti 140 g (GLU)	
	1	Makaron spaghetti(GLU)
	2	Olej
	3	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

38	Masło 10 g (MLE)	
	1 Masło 83% tł.(MLE)	
39	Mini muffiny 2 szt	
	1 Mini muffiny	
40	Mizeria z koperkiem 100 g (MLE)	
	1 Ogórek zielony	
	2 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	3 Koper	
	4 Sól	
41	Nektarynka 1 szt	
	1 Nektarynka	
42	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
43	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
44	Ogórek małosolny 100 g	
	1 Ogórek małosolny	
45	Pałki z kurczaka pieczone 2 szt	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Sól	
46	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
47	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Kurczak wędzony(GLU)	
	2 Twaróg 4% tł.(MLE)	
	3 Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(JAJ)	
	6 Natka pietruszki	
	7 Sól	
	8 Pieprz czarny mielony	
48	Pasta z zielonego groszku i sera 80 g (MLE, JAJ)	
	1 Groszek mrożony	
	2 Twaróg 4% tł.(MLE)	
	3 Ser żółty wiórki 22,90% tł.(MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(JAJ)	
	6 Ziarno słonecznika	
	7 Natka pietruszki	
	8 Pieprz czarny mielony	
	9 Sól	
49	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)	
50	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
51	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	
52	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
53	Pyzdra schabowa 40 g	
	1 Pyzdra schabowa	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

54	Rogalik maślany 1 szt	
	1 Rogalik maślany	
55	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	
56	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł. (MLE)	
	2 Ryż	
	3 Cukier	
	4 Sól	
57	Salata 10 g	
	1 Salata	
58	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	
59	Salatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)	
	1 Kielbasa 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	
60	Ser biały 80 g (MLE)	
	1 Twaróg 4% tł. (MLE)	
61	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1 Ser żółty 22,90% tł. (MLE)	
62	Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)	
	1 Ser cukierniczy president 11% tł. (MLE)	
63	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1 Serek homogenizowany szt. (MLE)	
64	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1 Serek wiejski 5% tł. (MLE)	
	2 Szczypiorek	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

65	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
66	Sos boloński wieprzowy 200 g (MLE, GLU, SEL)	
	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
67	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
68	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
69	Sos śmietanowo-porowy 60 g (MLE, GLU)	
	1	Por
	2	Śmietana 18% t.(MLE)
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Olej
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziołowy
	8	Sól
70	Sos ziołowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

71	Surówka collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jablka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
72	Surówka kopenhaska 100 g (MLE, GOR)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
73	Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona młoda
	2	Olej
	3	Koper
74	Surówka z kapusty z ogórkiem i kukurydzą 80 g	
	1	Kapusta biała
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Ogórek kiszony
	4	Olej
	5	Koper
	6	Sól
75	Surówka z pietruszki z brzoskwinia 100 g (MLE)	
	1	Pietruszka
	2	Brzoskwinie konserwowe
	3	Jogurt grecki litr 10%t.(MLE)
	4	Cukier
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
	7	Kwasek cytrynowy
76	Surówka z pomidora z cebulą 100 g	
	1	Pomidor
	2	Olej
	3	Cebula
	4	Sól
77	Surówka z pomidora z cebulą i śmietana 100 g (MLE)	
	1	Pomidor
	2	Śmietana 18% t.(MLE)
	3	Cebula
	4	Sól
78	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
79	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
80	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

81	Szynka pieczona z jabłkami 100 g	
	1	Szynka b/k
	2	Jablka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Przyprawa do mięsa
	6	Majeranek
82	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
83	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
84	Szynkowa extra 40 g	
	1	Szynkowa extra Szuster
85	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Szczypiorek
86	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
87	Wieprzowina po tokańsku 100 g (MLE, GLU)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Suszone pomidory
	6	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
	7	Śmietana 18% t.(MLE)
	8	Papryka mielona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
88	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
89	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% t.
	4	Sól
	5	Koper
90	Zraz schabowy z szynką 120 g (GLU, GOR)	
	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

91	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Brokuły mrożone
	3	Kasza jaglana
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
92	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 400 ml (SEL)	
	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
93	Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
94	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Kasza jęczmienna(GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

95	Zupa minestrone z łazankami 400 ml (GLU, JAJ, SEL)	
	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
96	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
97	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL)	
	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
98	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-07-21 do dnia 2024-07-31 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

99	Zupa z soczewicy czerwonej 500 ml (SEL)	
1	Włoszczyzna(SEL)	
2	Soczewica	
3	Cebula	
4	Koncentrat pomidorowy	
5	Ćwiartka z kurczaka	
6	Sól	
7	Pieprz czarny mielony	
8	Majeranek	