

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Kapusta biała	
	6 Fasola biała	
	7 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	8 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	9 Cukier	
	10 Natka pietruszki	
	11 Kucharek smak natury	
	12 Sól	
2	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
3	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
4	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
5	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
6	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g (MLE)	
	1 Banan	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	3 Kakao	
7	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)	
8	Drożdżówka z budyniem 1 szt	
	1 Drożdżówka z budyniem	
9	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
10	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	
11	Gruszka 1 szt	
	1 Gruszka	
12	Herbata z cukrem 250 ml	
	1 Cukier	
	2 Herbata ekspresowa	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Jabłko 1 szt	
	1 Jabłka	
14	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1 Majonez(JAJ)	
	2 Jaja(JAJ)	
	3 Szczypiorek	
15	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)	
16	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1 Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)	
17	Jogurt z musem malinowym i posypką z prażonych płatków jęczmiennych 200 g (MLE, GLU)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Malina mrożona	
	3 Płatki jęczmienne(GLU)	
	4 Cukier	
18	Kakao 250 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Cukier	
	3 Kakao	
19	Karkówka pieczona 100 g	
	1 Karkówka	
	2 Sól	
	3 Olej	
	4 Przyprawa do mięsa	
	5 Majeranek	
20	Kasza bulgur 140 g (GLU)	
	1 Kasza bulgur(GLU)	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	
21	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Kasza jaglana	
22	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Kasza manna(GLU)	
23	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Cukier	
	3 Kawa inka(GLU)	
24	Kisiel z jagodami 200 ml	
	1 Kisiel	
	2 Cukier	
	3 Jagoda mrożona	
25	Koktajl mandarynkowy 200 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Banan	
	3 Mandarynka w puszcze	
26	Koktajl mango 200 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Pulpa mango	
27	Kompot owocowy 250 ml	
	1 Mieszanka kompotowa	
	2 Cukier	
	3 Aronia mrożona	
	4 Czerwona porzeczka mrożona	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

28	Kopytka 180 g (GLU, JAJ)	
	1	Kopytka(GLU, JAJ)
	2	Olej
	3	Sól
29	Krucze ciastka 60 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Krucze ciastka(MLE, GLU, JAJ)
30	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
31	Maślanka 1 szt (MLE)	
	1	Maślanka szt(MLE)
32	Mini muffiny 2 szt	
	1	Mini muffiny
33	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)
34	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
35	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
36	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
37	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(GOR)
	4	Sól
38	Papryka 30 g	
	1	Papryka
39	Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g (SEL)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Pestki słonecznika
	4	Papryka mrożona
	5	Olej
	6	Sól
	7	Czosnek świeży
	8	Kmin rzymski
	9	Pieprz czarny mielony
40	Pasta z makreli 80 g (MLE, JAJ, RYB)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Makrela wędzona(RYB)
	3	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	4	Majonez(JAJ)
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(JAJ)
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
41	Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Pierogi ruskie(MLE, GLU, JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Słonina
42	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

43	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% t.(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	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
47	Pyszta schabowa 40 g	
	1	Pyszta schabowa
48	Pyszta szynkowa 40 g (GLU)	
	1	Pyszta szynkowa(GLU)
49	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% t.
	3	Sól
50	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% t.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
51	Sałata 10 g	
	1	Sałata
52	Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	
	1	Sałatka jarzynowa(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Jaja(JAJ)
	6	Sól
53	Sałatka 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% t.(MLE)
	5	Majonez(JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
54	Sałatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
55	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

56	Schab po kaszubsku pieczony w sosie z pieczarkowym 120 g (MLE, GLU, MWP)	
	1	Schab b/k
	2	Kapusta kiszona
	3	Pieczarki mrożone
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Cebula
	6	Boczek wędzony(MWP)
	7	Kucharek smak natury
	8	Papryka wędzona
	9	Majeranek
	10	Mąka pszenna(GLU)
	11	Pieprz cytrynow
57	Schab z pieczoną dynią 160 g (GLU, SEL)	
	1	Szynka b/k
	2	Dynia świeża
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Cebula
	6	Olej
	7	Sól
	8	Pieprz ziołowy
	9	Przyprawa do mięsa
58	Ser mozzarella kulki mini 40 g	
	1	Ser mozzarella kulki mini
59	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty 22,90% tł.(MLE)
60	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
61	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Koper
62	Skyr naturalny 1 szt	
	1	Skyr owocowy
63	Sos chrzanowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Chrzan
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
64	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
65	Sos majerankowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziołowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
66	Sos miodowo-musztardowy 60 g (GLU, GOR)	
	1	Musztarda(GOR)
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Miód
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

67	Sos ziołowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Ziola prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
68	Stripsy z kurczaka w sezamie 70 g (MLE, GLU, JAJ, SEZ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Sezam ziarna(SEZ)
	5	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	6	Bułka tarta(GLU)
	7	Sól
	8	Jaja(JAJ)
	9	Papryka mielona
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Czosnek świeży
	12	Ser żółty wiórki 22,90% t.(MLE)
69	Surówka collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
70	Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
71	Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona młoda
	2	Olej
	3	Koper
72	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
73	Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g	
	1	Marchewka
	2	Ananas konserwowy
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
	7	Kwasek cytrynowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

74	Surówka z ogórka i pomidora 100 g	
	1	Pomidor
	2	Ogórek zielony
	3	Cebula
75	Surówka z pomidora b/cebuli 80 g	
	1	Pomidor
	2	Olej
	3	Sól
76	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
77	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
78	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
79	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
80	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
81	Szynkowa extra 40 g	
	1	Szynkowa extra Szuster
82	Śliwki 130 g	
	1	Śliwki
83	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Oliwki krojone
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
84	Twarożek z papryką 40 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Papryka
	3	Papryka mielona
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
85	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% t.(MLE)
	2	Szczypiorek
86	Udziec z indyka pieczony 100 g	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
87	Wafle kukurydziane 2 szt	
	1	Wafle kukurydziane
88	Wafle z ciecierzycy 1 szt	
	1	Wafle z ciecierzycy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

89	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% tł.(MLE)
	7	Śmietana 18% tł.(MLE)
	8	Papryka mielona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
90	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
91	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
92	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
93	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
94	Zupa fasolowa 400 ml (MWP, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola biała
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony(MWP)
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

95	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
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 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
98	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Makaron świderki(GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Cząber
	11	lubczyk
99	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

100	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