

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Banan 1 szt	
	1 Banan	
2	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
3	Budyń 200 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Budyń(MLE, GLU)	
	3 Cukier	
4	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	
5	Chleb pszenny 100 g (GLU)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU)	
6	Chleb razowy 50 g (GLU)	
	1 Chleb razowy(GLU)	
7	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g (MLE)	
	1 Banan	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	3 Kakao	
8	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
9	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	
10	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 Jajka(JAJ)	
11	Gruszka 1 szt	
	1 Gruszka	
12	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1 Cukier	
	2 Herbata owocowa	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
14	Hummus 80 g	
	1	Hummus klasyczny
15	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
16	Jagodzianka 1 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Jagodzianka(MLE, GLU, JAJ)
17	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
18	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
19	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
20	Kapusta modra zasmażana z żurawiną 120 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Konfitura z żurawiny
	3	Ocet winny
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Cebula czerwona
	6	Cukier
	7	Mąka kukurydziana
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól
21	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
22	Kasza pęczak 220 g (GLU)	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
23	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
24	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
25	Kisiel z jabłkiem 200 ml	
	1	Jabłka
	2	Kisiel
	3	Cukier
26	Kisiel z jagodami 200 ml	
	1	Kisiel
	2	Cukier
	3	Jagoda mrożona
27	Kluski leniwe 170 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Kluski leniwe(MLE, GLU, JAJ)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Olej
	5	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

28	Koktajl jogurtowo truskawkowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
29	Koktajl jogurtowo wiśniowy 200 ml (MLE)	
	1	Wiśnia mrożona
	2	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
30	Koktajl sernikowy z malinami 200 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	3	Malina mrożona
	4	Cukier
	5	Wiórki kokosowe
	6	Mięta
31	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
32	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 120 g (GLU, JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(GLU)
	3	Bułka tarta(GLU)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Sól
	7	Oregano
	8	Ziela prowansalskie
	9	Majeranek
	10	Jaja(JAJ)
	11	Pieprz czarny mielony
33	Kotlet schabowy 70 g (GLU, JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(JAJ)
34	Makaron świderki 140 g (GLU)	
	1	Makaron świderki(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
35	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
36	Medalion drobiowy (gotowany) z pulpa mango 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pulpa mango
37	Miód szt. 1 szt	
	1	Miód porcjowany
38	Mizeria 100 g (MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Sól
39	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

40	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
41	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
42	Pasta jajeczna z awokado 80 g (JAJ)	
	1 Awokado pulpa	
	2 Jaja(JAJ)	
	3 Szczypiorek	
	4 Sól	
43	Pasta jajeczna ze szpinakiem 80 g (JAJ)	
	1 Szpinak mrożony	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Jaja(JAJ)	
44	Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ)	
	1 Szprotki	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Koper	
	4 Jaja(JAJ)	
45	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (MLE, JAJ)	
	1 Kurczak wędzony	
	2 Twaróg 4% t.(MLE)	
	3 Ser cukierniczy president 11% t.(MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(JAJ)	
	6 Natka pietruszki	
	7 Sól	
	8 Pieprz czarny mielony	
46	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (GLU, JAJ, MWP)	
	1 Pierogi z mięsem(GLU, JAJ, MWP)	
	2 Cebula	
	3 Sól	
	4 Ślonina	
47	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)	
48	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% t.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
49	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% t.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	
50	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
51	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1 Pomidor koktajlowy	
52	Pyzdra schabowa 40 g	
	1 Pyzdra schabowa	
53	Pyzdra szynkowa 40 g (GLU)	
	1 Pyzdra szynkowa(GLU)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

54	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
55	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
56	Salata 10 g	
	1	Salata
57	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1	Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui
58	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
59	Salatka z kurczakiem, ryżem, ananasem i żurawiną 100 g (JAJ)	
	1	Kurczak wędzony
	2	Ryż
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Ananas konserwowy
	5	Majonez(JAJ)
	6	Żurawina suszona
	7	Koper
	8	Sól
60	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
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 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

65	Skyr naturalny 1 szt	
	1 Skyr owocowy	
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 Ziola prowansalskie	
	10 Sól	
67	Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	
	1 Mąka pszenna(GLU)	
	2 Olej	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Margaryna 80% t.	
	5 Liść laurowy	
	6 Ziele angielskie	
	7 Pieprz ziółowy	
	8 Sól	
68	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%t.(MLE)	
	2 Truskawki mrożone	
69	Sos majerankowy 60 g (GLU)	
	1 Mąka pszenna(GLU)	
	2 Masło roślinne 80% t.	
	3 Ziele angielskie	
	4 Pieprz ziółowy	
	5 Liść laurowy	
	6 Majeranek	
	7 Sól	
70	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	
71	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1 Pietruszka	
	2 Mąka pszenna(GLU)	
	3 Olej	
	4 Liść laurowy	
	5 Ziele angielskie	
	6 Pieprz ziółowy	
	7 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

72	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
73	Sos ziołowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
74	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Ogórek kiszony
	3	Marchewka
	4	Groszek konserwowy
	5	Cebula
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Sól
75	Surówka z kapusty z ogórkiem i kukurydzą 80 g	
	1	Kapusta biała
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Ogórek kiszony
	4	Olej
	5	Koper
	6	Sól
76	Surówka z marchwi i jabłka 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy
77	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	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 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

81	Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL)	
	1	Szynka b/k
	2	Marchewka
	3	Seler(SEL)
	4	Pomidory pelati
	5	Pietruszka
	6	Mąka pszenna(GLU)
	7	Natka pietruszki
	8	Majeranek
	9	Tymianek
	10	Sól
	11	lubczyk
	12	Pieprz czarny mielony
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	Szynka z piersi kurczaka 40 g	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster
85	Śliwki 130 g	
	1	Śliwki
86	Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g	
	1	Twarożek z grillowanym bakłażanem
87	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
88	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
89	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
90	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
91	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

92	Zupa brukselkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	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
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 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
95	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
96	Zupa owocowa z makaronem 500 ml (MLE, GLU)	
	1	Wiśnia mrożona
	2	Makaron świderki(GLU)
	3	Cukier
	4	Śmietana 36%(MLE)
	5	Sok pomarańczowy
97	Zupa pieczarkowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Pieczarki mrożone
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-09-21 do dnia 2024-09-30 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

98	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	Iubczyk
	10	Cząber
99	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
100	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