

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 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	Bitka z kurczaka z pulpą mango 100 g (GLU)	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Pulpka mango	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Pieprz ziółowy	
	5 Sól	
	6 Olej	
3	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
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, OZI, OWŁ, SOJ, SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SOJ, SEZ)	
6	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy	
7	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Chleb razowy(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
8	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)	
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	Filet z kurczaka pieczony 50 g	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Sól	
	3 Olej	
	4 Przyprawa do mięsa	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

12	Galaretka z truskawkami 150 ml	
	1	Galaretka w proszku
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
13	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)
14	Grahamka mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1	Grahamka mini(MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
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 ziółowy
	10	Przyprawa do mięsa
16	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
17	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
18	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłka
19	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jaja(JAJ)
	3	Szczypiorek
20	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
21	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
22	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g (MLE, OZI, OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Borówka mrożona
	3	Chipsy bananowe
	4	Płatki migdałowe(OZI, OWŁ)
23	Jogurt z mussem malinowym i czekoladą 200 g (MLE, GLU)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Malina mrożona
	3	Czekoladowe kwiatki(MLE, GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

24	Jogurt z posypką z płatków owsianych i kokosa 200 g (MLE, GLU)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Banan
	3	Płatki owsiane(GLU)
	4	Chipsy kokosowe
25	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
26	Kartacze z mięsem 3 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Cebula
	2	Słonina
	3	Kartacze z mięsem(MLE, GLU, JAJ)
	4	Olej
	5	Sól
27	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
28	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
29	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Sól
30	Kasza pęczak 220 g (GLU)	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
31	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
32	Kefir 1 szt (MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(MLE)
33	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
34	Koktajl dyniowo-pomarańczowy 150 g	
	1	Dynia mrożona
	2	Sok pomarańczowy
	3	Pulpa mango
35	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Brzoskwinie mrożona kostka
	3	Cukier
36	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
37	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)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

38	Mandarynka 2 szt	
	1 Mandarynka	
39	Masło 10 g (MLE)	
	1 Masło 83% tł.(MLE)	
40	Melon Kantalupe 150 g	
	1 Melon Kantalupe	
41	Mini muffiny 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Mini muffiny(MLE, GLU, JAJ)	
42	Mini sucharki pełnoziarniste 20 g (GLU)	
	1 Mini sucharki(GLU)	
43	Miód szt. 1 szt	
	1 Miód porcjowany	
44	Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (MLE, JAJ, GOR)	
	1 Ogórek kiszony	
	2 Koper	
	3 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	4 Majonez(JAJ)	
	5 Musztarda(GOR)	
45	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)	
46	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
47	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
48	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
49	Pasta jajeczna z awokado 80 g (JAJ)	
	1 Awokado pulpa	
	2 Jajaj(JAJ)	
	3 Szczypiorek	
	4 Sól	
50	Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ)	
	1 Szprotki	
	2 Majonez(JAJ)	
	3 Koper	
	4 Jajaj(JAJ)	
51	Pasta z kurczaka wędzonego z serem 80 g (MLE, JAJ)	
	1 Kurczak wędzony	
	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	
52	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1 Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)	
53	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
54	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid Podstawowa Dzieci 1B

55	Pomarańcza 1 szt	
	1 Pomarańcza szt	
56	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
57	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1 Pomidor koktajlowy	
58	Pulpet wieprzowy 80 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
	1 Łopatka wieprzowa	
	2 Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
	3 Sól	
	4 Jaja(JAJ)	
59	Pyzdra schabowa 40 g	
	1 Pyzdra schabowa	
60	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1 Pyzdra szynkowa	
61	Rogalik maślany 1 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Rogal maślany mini(MLE, GLU, JAJ)	
62	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 Iubczyk	
	13 Cząber	
63	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Ryż	
	3 Cukier	
	4 Sól	
64	Salata 10 g	
	1 Salata	
65	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(MLE)	
	5 Majonez(JAJ)	
	6 Koper	
	7 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

66	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
67	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
68	Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (OZI, OWŁ, SEZ)	
	1	Schab b/k
	2	Pesto bazyliowe(OZI, OWŁ, SEZ)
	3	Kucharek smak natury
	4	Majeranek
69	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty(MLE)
70	Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
71	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
72	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Szczypiorek
73	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Skyr naturalny(MLE)
74	Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Wiśnia mrożona
75	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
76	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

77	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
78	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
79	Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
80	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
81	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
82	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
83	Szpinak 120 g (GLU)	
	1	Szpinak mrożony
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Sól
84	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
85	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
86	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

87	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
88	Szynka z piersi kurczaka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(GLU)
89	Szynkowa extra 40 g (GLU)	
	1	Szynkowa extra Szuster(GLU)
90	Twarożek miętowy 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Mięta
91	Twarożek z papryką 40 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Papryka
	3	Papryka mielona
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
92	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
93	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
94	Wafle z ciecierzycy 1 szt	
	1	Wafle z ciecierzycy
95	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
96	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Brokuły mrożone
	3	Kasza bulgur(GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
97	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

98	Zupa fasolowa 400 ml (SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola biała
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól
99	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Koper
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
100	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron łazanki(GLU)
	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
101	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	łubczyk
	10	Cząber
102	Zupa porowo-ziemniaczana z boczkiem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Boczek wędzony
	6	Kielbasa podwawelska(GLU)
	7	Śmietana 18% tł.(MLE)
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	łubczyk
	12	Koper

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

103	Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 400 ml (MLE, JAJ, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
	8	Jaja(JAJ)
104	Żurek z ziemniakami i kielbasą 300 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(GLU)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Kielbasa podwawelska(GLU)
	6	Chrzan
	7	Boczek wędzony
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Majeranek
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól