

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm
1	Receptura	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	200			200	g	
		2 Buraki	90	18,75		73,125	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Ćwiartka z kurczaka	20	23,04		15,392	g	
		5 Barszcz czerwony koncentrat ( <b>GLU, SEL</b> )	10			10	ml	
		6 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	7			7	g	
		7 Cukier	3			3	g	
		8 Sól	1			1	g	
		9 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		10 Kucharek smak natury	0,5			0,5	g	
2	Receptura	Buraczki 120 g ( <b>GLU, SEL</b> )						
		1 Buraki	130	18,75		105,625	g	
		2 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	5			5	g	
		3 Barszcz czerwony koncentrat ( <b>GLU, SEL</b> )	3			3	ml	
		4 Masło roślinne 80% tł.	2			2	g	
		5 Cukier	1			1	g	
		6 Sól	0,5			0,5	g	
		7 Kwasek cytrynowy	0,2			0,2	g	
3	Receptura	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Chleb barowy 600g ( <b>GLU</b> )	100			100	g	
4	Receptura	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Chleb razowy ( <b>GLU</b> )	50			50	g	
5	Receptura	Filet z kurczaka w panierce panko 100 g ( <b>JAJ</b> )						
		1 Filet z kurczaka	120		20	96	g	
		2 Panierka panko	20			20	g	
		3 Olej	10			10	ml	
		4 Sól	0,5			0,5	g	
		5 Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,2	11,31		0,17738	szt	
		6 Przyprawa do kurczaka	0,2			0,2	g	
6	Receptura	Gołąbek po hiszpańsku 120 g ( <b>JAJ, SEL</b> )						
		1 Łopatka wieprzowa	115	14,76		98,026	g	
		2 Kapusta biała	60	13,44		51,936	g	
		3 Pomidory pelati	22	3,84		21,1552	g	
		4 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		5 Ryż	10			10	g	
		6 Cebula	8	10,56		7,1552	g	
		7 Olej	5			5	ml	
		8 Marchewka	5	19,24		4,038	g	
		9 Sól	1			1	g	
		10 Pieprz czarny mielony	1			1	g	
		11 Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,05	11,31		0,04434	szt	
						5		
7	Receptura	Herbata z cukrem 250 ml						
		1 Cukier	10			10	g	
		2 Herbata ekspresowa	1			1	szt	
8	Receptura	Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> )						
		1 Jaja ( <b>JAJ</b> )	1	11,31		0,8869	szt	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)							
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki
9	Receptura	Kakao 250 g ( <b>MLE, GLU</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	250			250	ml	
		2	Cukier	10			10	g	
		3	Kakao ( <b>GLU</b> )	2			2	g	
10	Receptura	Kapusta biała zasmażana z pomidorami pelati 120 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Kapusta biała	120	13,44		103,872	g	
		2	Koncentrat pomidorowy	10			10	g	
		3	Pomidory pelati	10	3,84		9,616	g	
		4	Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	7			7	g	
		5	Olej	5			5	ml	
		6	Cebula	5	10,56		4,472	g	
		7	Sól	0,5			0,5	g	
		8	Liść laurowy	0,1			0,1	g	
		9	Ziele angielskie	0,1			0,1	g	
11	Receptura	Kasza gryczana 140 g							
		1	Kasza gryczana	55			55	g	
		2	Sól	1,4			1,4	g	
12	Receptura	Kasza jęczmienna 140 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Kasza jęczmienna ( <b>GLU</b> )	45			45	g	
		2	Sól	1,4			1,4	g	
13	Receptura	Kasza manna na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	300			300	ml	
		2	Kasza manna ( <b>GLU</b> )	30			30	g	
14	Receptura	Kasza pęczak 220 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Kasza pęczak ( <b>GLU</b> )	60			60	g	
		2	Sól	2			2	g	
15	Receptura	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	250			250	ml	
		2	Cukier	10			10	g	
		3	Kawa inka ( <b>GLU</b> )	2			2	g	
16	Receptura	Knedle z nadzieniem z moreli 220 g							
		1	Knedle z nadzieniem morelowym	220			220	g	
17	Receptura	Kompot owocowy 250 ml							
		1	Mieszanka kompotowa	20			20	g	
		2	Cukier	6			6	g	
		3	Aronia mrożona	5,5			5,5	g	
		4	Czerwona porzeczka mrożona	2,5			2,5	g	
18	Receptura	Kotlet schabowy 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> )							
		1	Schab b/k	90		44,44	50,004	g	
		2	Bułka tarta ( <b>GLU</b> )	20			20	g	
		3	Olej	11			11	ml	
		4	Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	7,5			7,5	g	
		5	Sól	0,5			0,5	g	
		6	Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,08	11,31		0,07095 2	szt	
19	Receptura	Łopatka z pietruszką 40 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Łopatka z pietruszką ( <b>GLU</b> )	42,6	3,84		40,9641 6	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)							
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki
20	Receptura	Makaron pene 140 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Makaron pene ( <b>GLU</b> )	60			60	g	
		2	Olej	2			2	ml	
		3	Sól	0,5			0,5	g	
21	Receptura	Marchewka gotowana mini 120 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Marchewka mini	120			120	g	
		2	Masło roślinne 80% tł.	3			3	g	
		3	Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	3			3	g	
		4	Cukier	0,8			0,8	g	
		5	Sól	0,5			0,5	g	
22	Receptura	Masło 10 g ( <b>MLE</b> )							
		1	Masło 83% tł. ( <b>MLE</b> )	10			10	g	
23	Receptura	Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 120 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )							
		1	Filet z kurczaka	150		20	120	g	
		2	Bułka specjalna krojona 300g ( <b>GLU</b> )	10			10	g	
		3	Pieczarki mrożone	10	9,79		9,021	g	
		4	Ser żółty 22,90% tł. ( <b>MLE</b> )	10			10	g	
		5	Bułka tarta ( <b>GLU</b> )	6			6	g	
		6	Olej	5			5	ml	
		7	Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,075	11,31		0,06651 75	szt	
24	Receptura	Ogórek 30 g							
		1	Ogórek zielony	40	20		32	g	
25	Receptura	Ogórek kiszony 30 g							
		1	Ogórek kiszony	30			30	g	
26	Receptura	Papryka 30 g							
		1	Papryka	35	20		28	g	
27	Receptura	Pasta jajeczna z makrelą 80 g ( <b>JAJ</b> )							
		1	Makrela w sosie pomidorowym	25			25	g	
		2	Majonez ( <b>JAJ</b> )	16			16	g	
		3	Koper	3	6,51		2,8047	g	
		4	Jaja ( <b>JAJ</b> )	1	11,31		0,8869	szt	
28	Receptura	Pasta z soczewicy czerwonej 80 g							
		1	Soczewica	40			40	g	
		2	Marchewka kostka mrożona	20			20	g	
		3	Cebula	5	10,56		4,472	g	
		4	Koncentrat pomidorowy	5			5	g	
		5	Natka pietruszki	2			2	g	
		6	Olej	1			1	ml	
		7	Czosnek granulowany	1	11,31		0,8869	g	
		8	Papryka mielona	1			1	g	
		9	Kmin rzymski	1			1	g	
29	Receptura	Piers z kurnej półki 50 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Piers z kurnej półki Cedrob I ( <b>GLU</b> )	52,6	3,84		50,5801 6	g	
30	Receptura	Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( <b>MLE, GLU</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	300			300	ml	
		2	Płatki jęczmienne ( <b>GLU</b> )	40			40	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki						
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)							
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki
31	Receptura	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	300			300	ml	
		2	Płatki owsiane ( <b>GLU</b> )	40			40	g	
32	Receptura	Połędwica z piersi indyka 40 g							
		1	Połędwica z piersi indyka Łukosz	40	3,84		38,464	g	
33	Receptura	Pomidor 30 g							
		1	Pomidor	40	3,84		38,464	g	
34	Receptura	Potrawka drobiowa w paprykowym trio 110 g ( <b>SEL</b> )							
		1	Udziec z kurczaka b/k, b/s	140		30	98	g	
		2	Papryka mrożona	20			20	g	
		3	Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	10			10	g	
		4	Masło roślinne 80% tł.	5			5	g	
		5	Pieprz czarny mielony	1			1	g	
		6	Sól	1			1	g	
35	Receptura	Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> )							
		1	Udziec z kurczaka b/k, b/s	85		5	80,75	g	
		2	Bułka tarta ( <b>GLU</b> )	10			10	g	
		3	Sól	1			1	g	
		4	Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,1	11,31		0,08869	szt	
36	Receptura	Pызdra schabowa 40 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Pызdra schabowa ( <b>GLU</b> )	42,6	3,84		40,96416	g	
37	Receptura	Pызdra szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> )							
		1	Pызdra szynkowa ( <b>GLU</b> )	40			40	g	
38	Receptura	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> )							
		1	Makaron nitki ( <b>GLU</b> )	25			25	g	
		2	Ćwiartka z kurczaka	20	23,04		15,392	g	
		3	Pietruszka	15	20,59		11,9115	g	
		4	Seler ( <b>SEL</b> )	15	23,56		11,466	g	
		5	Marchewka	10	19,24		8,076	g	
		6	Cebula	5	10,56		4,472	g	
		7	Por	5	24,36		3,782	g	
		8	Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		9	Sól	0,5			0,5	g	
		10	Przyprawa do mięsa	0,1			0,1	g	
		11	Pieprz czarny mielony	0,1			0,1	g	
		12	lubczyk	0,1			0,1	g	
		13	Cząber	0,1			0,1	g	
39	Receptura	Ryż 140 g							
		1	Ryż	70			70	g	
		2	Margaryna 80% tł.	2			2	g	
		3	Sól	1,4			1,4	g	
40	Receptura	Ryż na mleku 350 g ( <b>MLE</b> )							
		1	Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	300			300	ml	
		2	Ryż	25			25	g	
		3	Cukier	3			3	g	
		4	Sól	1			1	g	
41	Receptura	Salata 10 g							
		1	Salata	11,12	18,75		9,035	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Porcja				Składniki
Ilość brutto	Odpad [%]			Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm		
42	Receptura	Salatka brokułowa z jajkiem 80 g ( <b>JAJ</b> )						
		1 Brokuły mrożone	50			50	g	
		2 Pomidor	20	3,84		19,232	g	
		3 Majonez ( <b>JAJ</b> )	6			6	g	
		4 Pestki słonecznika	5			5	g	
		5 Kukurydza konserwowa	5			5	g	
		6 Jaja ( <b>JAJ</b> )	0,3	11,31		0,26607	szt	
43	Receptura	Salatka szwabska 100 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, GOR</b> )						
		1 Kielbasa szynkowa wędzona ( <b>GLU</b> )	40			40	g	
		2 Ziemniaki	30			30	g	
		3 Ogórek kiszony	30			30	g	
		4 Majonez ( <b>JAJ</b> )	3			3	g	
		5 Cebula czerwona	1	10,56		0,8944	g	
		6 Musztarda ( <b>GOR</b> )	1			1	g	
		7 Jogurt naturalny 2%tł. ( <b>MLE</b> )	1			1	g	
		8 Szcypiorek	0,5	9,79		0,45105	g	
		9 Sól	0,1			0,1	g	
		10 Pieprz czarny mielony	0,1			0,1	g	
44	Receptura	Schab na kartki 40 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Schab na kartki ( <b>GLU</b> )	40	3,84		38,464	g	
45	Receptura	Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Ser żółty 22,90% tł. ( <b>MLE</b> )	43,015			43,015	g	
46	Receptura	Serek homogenizowany z pomidorami 80 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Ser cukierniczy president 11% tł. ( <b>MLE</b> )	80			80	g	
		2 Pomidor	30	3,84		28,848	g	
47	Receptura	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Jogurt naturalny 2%tł. ( <b>MLE</b> )	40			40	g	
		2 Truskawki mrożone	20			20	g	
48	Receptura	Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	10			10	g	
		2 Masło roślinne 80% tł.	3			3	g	
		3 Ziele angielskie	1			1	g	
		4 Pieprz ziółowy	1			1	g	
		5 Liść laurowy	1			1	g	
		6 Majeranek	0,5			0,5	g	
		7 Sól	0,5			0,5	g	
49	Receptura	Sos musztardowy 60 g ( <b>GLU, GOR</b> )						
		1 Musztarda ( <b>GOR</b> )	10			10	g	
		2 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	10			10	g	
		3 Masło roślinne 80% tł.	3			3	g	
		4 Sól	1			1	g	
50	Receptura	Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	10			10	g	
		2 Cebula	5	10,56		4,472	g	
		3 Olej	3			3	ml	
		4 Ziele angielskie	1			1	g	
		5 Liść laurowy	1			1	g	
		6 Pieprz czarny mielony	1			1	g	
		7 Sól	0,5			0,5	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)							
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki
51	Receptura	Sos pomidorowy 60 g ( <i>GLU</i> )							
		1	Koncentrat pomidorowy	10			10	g	
		2	Mąka pszenna ( <i>GLU</i> )	5			5	g	
		3	Masło roślinne 80% tł.	3			3	g	
		4	Ziele angielskie	1			1	g	
		5	Liść laurowy	1			1	g	
		6	Pieprz ziółowy	1			1	g	
		7	Sól	0,5			0,5	g	
52	Receptura	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g							
		1	Kapusta biała	45	13,44		38,952	g	
		2	Ogórek kiszony	20			20	g	
		3	Marchewka	18	19,24		14,5368	g	
		4	Groszek konserwowy	10			10	g	
		5	Cebula	5	10,56		4,472	g	
		6	Olej	5			5	ml	
		7	Cukier	2			2	g	
		8	Sól	0,2			0,2	g	
53	Receptura	Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ( <i>JAJ</i> )							
		1	Kapusta pekińska	80	16,59		66,728	g	
		2	Papryka	10	12,75		8,725	g	
		3	Ogórek zielony	10	20,16		7,984	g	
		4	Marchewka	5	19,24		4,038	g	
		5	Jabłka	5	19,71		4,0145	g	
		6	Majonez ( <i>JAJ</i> )	5			5	g	
		7	Cukier	3			3	g	
		8	Sól	0,5			0,5	g	
54	Receptura	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g							
		1	Marchewka	100	19,24		80,76	g	
		2	Jabłka	30	19,71		24,087	g	
		3	Chrzan	10			10	g	
		4	Cukier	3			3	g	
		5	Sól	0,5			0,5	g	
55	Receptura	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g							
		1	Ogórek kiszony	100	10		90	g	
		2	Jabłka	20	19,71		16,058	g	
		3	Cebula	11,37	10,56		10,1693 28	g	
		4	Olej	10			10	g	
		5	Cukier	1,3			1,3	g	
56	Receptura	Surówka z rzepy białej 100 g ( <i>MLE, JAJ</i> )							
		1	Rzepa biała	140	30		98	g	
		2	Ananas konserwowy	15			15	g	
		3	Majonez ( <i>JAJ</i> )	5			5	g	
		4	Pestki dyni	5			5	g	
		5	Jogurt naturalny 2%tł. ( <i>MLE</i> )	5			5	g	
		6	Sól	0,5			0,5	g	
		7	Pieprz czarny mielony	0,5			0,5	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm
57	Receptura	Surówka z selera (z majonezem) 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> )						
		1 Seler ( <b>SEL</b> )	93	23,56		71,0892	g	
		2 Jabłka	25	19,71		20,0725	g	
		3 Kukurydza konserwowa	10			10	g	
		4 Brzoskwinie konserwowe	10			10	g	
		5 Majonez ( <b>JAJ</b> )	8			8	g	
		6 Cukier	3			3	g	
		7 Sól	0,5			0,5	g	
58	Receptura	Szynka bankietowa 40 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Szynka bankietowa Animex Mazury ( <b>GLU</b> )	42,6	3,84		40,9641	6 g	
59	Receptura	Szynka na kartki Nikpol 40 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Szynka na kartki Nikpol ( <b>GLU</b> )	42	3,84		40,3872	g	
60	Receptura	Szynka od szwagra 40 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Szynka od szwagra Krakus I ( <b>GLU</b> )	40	3,84		38,464	g	
61	Receptura	Szynka pieczona z jabłkami 100 g						
		1 Szynka b/k	160		30	112	g	
		2 Jabłka	50	19,71		40,145	g	
		3 Olej	5			5	ml	
		4 Sól	0,5			0,5	g	
		5 Przyprawa do mięsa	0,3			0,3	g	
		6 Majeranek	0,1			0,1	g	
62	Receptura	Szynka tostowa z kurcząt 40 g ( <b>GLU</b> )						
		1 Szynka tostowa z kurcząt Drobimex ( <b>GLU</b> )	40			40	g	
63	Receptura	Twarożek chrzanowy 80 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Twaróg 4% tł. ( <b>MLE</b> )	65			65	g	
		2 Chrzan	10			10	g	
		3 Jogurt naturalny 2%tł. ( <b>MLE</b> )	5			5	g	
		4 Sól	1			1	g	
		5 Koper	1	6,51		0,9349	g	
64	Receptura	Twarożek z oliwkami 80 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Twaróg 4% tł. ( <b>MLE</b> )	68			68	g	
		2 Oliwki krojone	8			8	g	
		3 Natka pietruszki	2			2	g	
		4 Sól	1			1	g	
		5 Pieprz czarny mielony	1			1	g	
65	Receptura	Twarożek ze szczypiorkiem 80 g ( <b>MLE</b> )						
		1 Twaróg 4% tł. ( <b>MLE</b> )	80			80	g	
		2 Szczypiorek	3	9,79		2,7063	g	
66	Receptura	Udziec z indyka pieczony 100 g						
		1 Udziec z indyka b/k	155		35	100,75	g	
		2 Sól	0,5			0,5	g	
		3 Olej	0,5			0,5	ml	
		4 Przyprawa do mięsa	0,2			0,2	g	
67	Receptura	Zacierka na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )						
		1 Mleko 3,2% tł. ( <b>MLE</b> )	300			300	ml	
		2 Zacierka ( <b>GLU, JAJ</b> )	35			35	g	
		3 Cukier	3			3	g	
		4 Sól	1			1	g	

## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Porcja				
Ilość brutto	Odpad [%]			Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki	
68	Receptura	Ziemniaki 60 g						
		1 Ziemniaki obierane	180	17,16		149,112	g	
		2 Ziemniaki	100			100	g	
		3 Masło roślinne 80% tł.	1,5			1,5	g	
		4 Sól	1			1	g	
		5 Koper	0,5	6,51		0,46745	g	
69	Receptura	Zraz schabowy z szynką 120 g ( <b>GLU, GOR</b> )						
		1 Schab b/k	135			135	g	
		2 Szynka konserwowa ( <b>GLU</b> )	20			20	g	
		3 Cebula	10	10,56		8,944	g	
		4 Ogórek kiszony	10			10	g	
		5 Musztarda ( <b>GOR</b> )	5			5	g	
		6 Olej	5			5	ml	
		7 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	5			5	g	
		8 Sól	1			1	g	
		9 Pieprz czarny mielony	0,1			0,1	g	
70	Receptura	Zupa brokułowa 400 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	190			190	g	
		2 Brokuły mrożone	30			30	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	20			20	g	
		5 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		6 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	5			5	g	
		7 Sól	1			1	g	
		8 Kucharek smak natury	0,7			0,7	g	
		9 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
71	Receptura	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ, SEL</b> )						
		1 Dynia mrożona	40	24		30,4	g	
		2 Zacierka ( <b>GLU, JAJ</b> )	30			30	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	20			20	g	
		5 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		6 Sól	1			1	g	
		7 Imbir mielony	1			1	g	
		8 Kucharek smak natury	0,7			0,7	g	
		9 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		10 Czosnek granulowany	0,09	11,31		0,07982	g	



## Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01 do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Ilość brutto	Odpad [%]	Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm
72	Receptura	Zupa fasolowa 400 ml ( <b>GLU, MWP, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	200			200	g	
		2 Fasola biała	30			30	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		5 Boczek wędzony ( <b>MWP</b> )	10			10	g	
		6 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	5			5	g	
		7 Cebula	3,5	10,56		3,1304	g	
		8 Olej	3			3	ml	
		9 Sól	1			1	g	
		10 Majeranek	1			1	g	
		11 Kucharek smak natury	0,7			0,7	g	
		12 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
73	Receptura	Zupa kapuśniak 400 ml ( <b>GLU, MWP, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	190			190	g	
		2 Kapusta kiszona	30			30	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		5 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	5			5	g	
		6 Boczek wędzony ( <b>MWP</b> )	5			5	g	
		7 Cebula	4	10,56		3,5776	g	
		8 Sól	1			1	g	
		9 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		10 Kucharek smak natury	0,5			0,5	g	
		11 Olej	0,5			0,5	ml	
74	Receptura	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	190			190	g	
		2 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		3 Kasza jęczmienna ( <b>GLU</b> )	15			15	g	
		4 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		5 Sól	1			1	g	
		6 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
75	Receptura	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> )						
		1 Ser topiony 27% tł. ( <b>MLE</b> )	40			40	g	
		2 Makaron świderki ( <b>GLU</b> )	30			30	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	25			25	g	
		4 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	20			20	g	
		5 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		6 Mąka pszenna ( <b>GLU</b> )	3			3	g	
		7 Sól	1			1	g	
		8 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		9 Kucharek smak natury	0,5			0,5	g	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-01-01  
do dnia 2024-01-10 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety**

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki					
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)						
		Lp	Asortyment	Porcja				
Ilość brutto	Odpad [%]			Ubytek techn. [%]	Ilość netto	Jm	Składniki	
76	Receptura	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ, SEL</b> )						
		1 Pieczarki mrożone	60	9,79		54,126	g	
		2 Makaron łazanki ( <b>GLU, JAJ</b> )	40			40	g	
		3 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	20			20	g	
		4 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	20			20	g	
		5 Ćwiartka z kurczaka	10	23,04		7,696	g	
		6 Sól	1			1	g	
		7 Natka pietruszki	0,5			0,5	g	
		8 Kucharek smak natury	0,5			0,5	g	
77	Receptura	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml ( <b>MLE, MWP, SEL</b> )						
		1 Ziemniaki	190			190	g	
		2 Groszek mrożony	70			70	g	
		3 Cebula	15	10,56		13,416	g	
		4 Śmietana 18% tł. ( <b>MLE</b> )	12			12	g	
		5 Włoszczyzna ( <b>SEL</b> )	10			10	g	
		6 Boczek wędzony ( <b>MWP</b> )	10			10	g	
		7 Marchew talarki mrożona	10			10	g	
		8 Masło roślinne 80% tł.	4			4	g	
		9 Natka pietruszki	1			1	g	
		10 Pieprz czarny mielony	1			1	g	
		11 Sól	0,1			0,1	g	
		12 Liść laurowy	0,1			0,1	g	
		13 lubczyk	0,05			0,05	g	
		14 Ziele angielskie	0,001			0,001	g	