

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	<b>Bitka z kurczaka w paprykowym trio 70 g ( GLU)</b>	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Papryka mrożona	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Sól	
	5 Olej	
	6 Przyprawa do mięsa	
2	<b>Brukselka 120 g</b>	
	1 Brukselka	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	
3	<b>Bukiet warzyw 3-skl. 120 g</b>	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
4	<b>Buleczka alpejska mini 1 szt ( MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ, SEZ)</b>	
	1 Bułka alpejska mini(MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ, SEZ)	
5	<b>Bułka wrocławska 30 g ( MLE, GLU, JAJ, SOJ)</b>	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
6	<b>Carpaccio z buraczków 120 g ( OWŁ, SEZ)</b>	
	1 Buraki	
	2 Miód	
	3 Orzechy włoskie(OWŁ)	
	4 Sezam ziarna(SEZ)	
	5 Ocet winny	
	6 Ocet balsamiczny	
	7 Sól	
7	<b>Chleb pszenny 100 g ( GLU, OZI, OWŁ, SEZ)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
8	<b>Chleb pyłowy 50 g</b>	
	1 Chleb pyłowy 450g	
9	<b>Chleb razowy 50 g ( GLU, JAJ, SOJ, SEZ)</b>	
	1 Chleb razowy(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
10	<b>Dorsz w płatkach kukurydzianych 120 g ( JAJ, RYB)</b>	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Olej	
	3 Płatki kukurydziane	
	4 Sól	
	5 Jaja(JAJ)	
11	<b>Drożdżówka z budyniem 1 szt ( MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ)</b>	
	1 Drożdżówka z budyniem(MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ)	
12	<b>Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 80 g ( MLE)</b>	
	1 Filet z indyka	
	2 Szpinak mrożony	
	3 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	4 Olej	
	5 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

13	Filet z kurczaka pieczony 50 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
14	Galaretka z truskawkami 150 ml	
	1	Galaretka w proszku
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
15	<b>Grahamka mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)</b>	
	1	Grahamka mini(MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
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	Jabłko
19	<b>Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt ( JAJ)</b>	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jajka(JAJ)
	3	Szczypiorek
20	<b>Jogurt naturalny 1 szt (MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
21	<b>Jogurt owocowy 1 szt (MLE)</b>	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
22	<b>Jogurt z liofilizowanymi truskawkami 200 g (MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Truskawka liofilizowana
23	<b>Jogurt z mussem malinowym i crunchy 200 g (MLE, GLU, OZI, OWŁ)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Malina mrożona
	3	Musli crunchy z czekoladą(MLE, GLU, OZI, OWŁ)
24	<b>Jogurt z mussem mango 200 g (MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Mango mrożone
25	<b>Jogurt z posypką z płatków owsianych i kokosa 200 g (MLE, GLU)</b>	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Banan
	3	Płatki owsiane(GLU)
	4	Chipsy kokosowe
26	<b>Kakao 250 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
27	Karkówka pieczona 100 g	
	1	Karkówka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

28	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
29	<b>Kasza jęczmienna 140 g (GLU)</b>	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Sól
30	<b>Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
31	<b>Kasza pęczak 220 g (GLU)</b>	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
32	<b>Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
33	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
34	Koktajl dyniowo-pomarańczowy 150 g	
	1	Dynia mrożona
	2	Sok pomarańczowy
	3	Pulpa mango
35	<b>Koktajl snickers 175 g (MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Cukier
	5	Kakao
36	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
37	<b>Kopytka 180 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Kopytka(GLU, JAJ)
	2	Olej
	3	Sól
38	<b>Makaron kokardki 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron kokardki(GLU)
39	<b>Makaron spaghetti 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron spaghetti(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
40	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
41	Marchewka gotowana mini 120 g	
	1	Marchewka mini
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Cukier
	4	Sól
42	<b>Masło 10 g (MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
43	<b>Maślanka 1 szt (MLE)</b>	
	1	Maślanka szt(MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

44	Melon Kantalupe 150 g	
	1 Melon Kantalupe	
45	Ogórek 30 g	
	1 Ogórek zielony	
46	Ogórek kiszony 30 g	
	1 Ogórek kiszony	
47	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
48	<b>Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g ( SEL)</b>	
	1 Ciecierzycy konserwowa	
	2 Włoszczyzna(SEL)	
	3 Pestki słonecznika	
	4 Papryka mrożona	
	5 Olej	
	6 Sól	
	7 Czosnek świeży	
	8 Kmin rzymski	
	9 Pieprz czarny mielony	
49	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( MLE, GLU)</b>	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(GLU)	
50	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml ( MLE, GLU)</b>	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Płatki owsiane(GLU)	
51	<b>Polędwica z piersi indyka 40 g ( GLU)</b>	
	1 Polędwica z piersi indyka Łukosz(GLU)	
52	Pomarańcza 1 szt	
	1 Pomarańcza szt	
53	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
54	Pyzdra schabowa 40 g	
	1 Pyzdra schabowa	
55	<b>Rogalik maślany 1 szt ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1 Rogal maślany mini(MLE, GLU, JAJ)	
56	<b>Rosół z makaronem 400 ml ( GLU, SEL)</b>	
	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	
57	Rumianek 250 g	
	1 Rumianek	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

58	<b>Rumsztyk wołowo-wieprzowy z cebulką 120 g ( GLU)</b>	
	1	Lopatka wieprzowa
	2	Mięso wołowe mielone
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Bułka tarta( <i>GLU</i> )
	6	Sól
	7	Ziola prowansalskie
	8	Pieprz czarny mielony
59	<b>Ryż brązowy na mleku 350 g ( MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.( <i>MLE</i> )
	2	Ryż brązowy
60	Sałata 10 g	
	1	Sałata
61	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
62	<b>Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Kalafior
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Szynka konserwowa( <i>GLU</i> )
	4	Ser żółty wiórki( <i>MLE</i> )
	5	Majonez( <i>JAJ</i> )
	6	Koper
	7	Sól
63	<b>Sałatka szwabska 100 g ( MLE, GLU, JAJ, GOR)</b>	
	1	Kielbasa szynkowa wędzona( <i>GLU</i> )
	2	Ziemniaki
	3	Ogórek kiszony
	4	Majonez( <i>JAJ</i> )
	5	Cebula czerwona
	6	Musztarda( <i>GOR</i> )
	7	Jogurt naturalny 2%tł.( <i>MLE</i> )
	8	Szczypiorek
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
64	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
65	<b>Schab pieczony w sosie dyniowym 120 g ( MLE, GLU)</b>	
	1	Schab b/k
	2	Dynia mrożona
	3	Masło 83% tł.( <i>MLE</i> )
	4	Olej
	5	Mąka pszenna( <i>GLU</i> )
	6	Mąka ziemniaczana
	7	Czosnek świeży
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Majeranek
66	Schab pieczony ze śliwką 55 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej
	3	Śliwki suszone
67	<b>Ser mozarella kulki mini 40 g ( MLE)</b>	
	1	Ser mozzarella kulki mini( <i>MLE</i> )

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

68	<b>Ser żółty 40 g (MLE)</b>	
	1	Ser żółty(MLE)
69	<b>Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)</b>	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
70	<b>Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (MLE)</b>	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Szczypiorek
71	<b>Sos boloński wieprzowy 200 g (MLE, GLU, SEL)</b>	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki(MLE)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
72	<b>Sos majerankowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziółowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
73	<b>Sos pieczeniowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
74	<b>Sos pietruszkowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
75	<b>Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Pieprz ziółowy
	5	Ziele angielskie
	6	Liść laurowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

76	<b>Sos ziołowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Ziola prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
77	<b>Stripsy z kurczaka w sezamie 70 g (MLE, GLU, JAJ, SEZ)</b>	
	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(MLE)
78	<b>Surówka kopenhaska 100 g (MLE, GOR)</b>	
	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
79	<b>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
80	<b>Surówka z kapusty kiszonej 100 g</b>	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
81	<b>Surówka z marchwi i jabłka 100 g</b>	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Kwasek cytrynowy

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

82	Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
83	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
84	<b>Szynka bankietowa 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
85	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikipol
86	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
87	<b>Szynka od szwagra 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)
88	<b>Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
89	<b>Szynka z indyka 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
90	<b>Szynkowa extra 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynkowa extra Szuster(GLU)
91	<b>Twarożek miętowy 80 g (MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Mięta
92	<b>Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (MLE, OZI)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Jabłko prażone
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	5	Orzechy ziemne(OZI)
	6	Cukier
	7	Cukier waniliowy
93	<b>Twarożek ze szczypiorkiem 80 g (MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Szczypiorek
94	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
95	Wafle z ciecierzycy 1 szt	
	1	Wafle z ciecierzycy



**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid  
Podstawowa Dzieci 1B**

96	<b>Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
97	<b>Ziemniaki 60 g</b>	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
98	<b>Zupa brukselkowa 400 ml (MLE, SEL)</b>	
	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 muskatolowa
	11	Ocet winny
	12	lubczyk
99	<b>Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)</b>	
	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
100	<b>Zupa jarzynowa 400 ml (MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
101	<b>Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)</b>	
	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-01 do dnia 2025-02-10 dla diety: Imid Podstawowa Dzieci 1B**

102	<b>Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Ryż
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Cukier
	9	Sól
103	<b>Zupa pejszanka 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
104	<b>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml ( MLE, GLU, SEL)</b>	
	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
105	<b>Zupa porowo-serowa z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ser topiony(MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Ser żółty wiórki(MLE)
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
106	<b>Zupa z soczewicy czerwonej 500 ml ( SEL, ŁUB)</b>	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Soczewica(ŁUB)
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek
107	<b>Żurawina suszona 10 g</b>	
	1	Żurawina suszona