

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 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 schabowa 70 g (GLU)	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Cebula	
	5 Sól	
	6 Przyprawa do mięsa	
3	Bukiet warzyw 3-skt. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skt.	
	2 Sól	
4	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
5	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
6	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Chleb razowy(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
7	Dżem szt 1 szt	
	1 Dżem porcjowany	
8	Fasolka gotowana 100 g	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	
9	Filet z indyka maślany 40 g	
	1 Filet z indyka maślany Łukosz	
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 Jaja(JAJ)	
11	Grahamka mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Grahamka mini(MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

12	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 ziolowy
	10	Przyprawa do mięsa
13	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1	Cukier
	2	Herbata owocowa
14	Herbata z cukrem 250 ml	
	1	Cukier
	2	Herbata ekspresowa
15	Hummus z suszonymi pomidorami 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pasta tahini
	3	Suszone pomidory
	4	Cytryna
	5	Olej sezamowy
	6	Czosnek granulowany
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Pieprz cytrynowy
16	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
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	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g (MLE, OZI, OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Chipsy bananowe
	4	Płatki migdałowe(OZI, OWŁ)
20	Jogurt z musem malinowym i czekoladą 200 g (MLE, GLU)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Malina mrożona
	3	Czekoladowe kwiatki(MLE, GLU)
21	Jogurt z żurawiną, suszonym bananem i orzechami 150 g (MLE, OZI, OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Chipsy bananowe
	3	Żurawina suszona
	4	Orzechy nerkowca(OZI, OWŁ)
22	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
23	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

24	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Sól
25	Kasza manna na mleku z żurawiną 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
	3	Żurawina suszona
26	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
27	Kaziuk 40 g (GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(GLU)
28	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
29	Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
30	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Brzoskwinie mrożona kostka
	3	Cukier
31	Koktajl jogurtowo truskawkowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
32	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
33	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
34	Krem z dyni 400 ml (SEL)	
	1	Dynia świeża
	2	Ziemniaki
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Pulpa mango
	5	Pestki słonecznika
	6	Sok pomarańczowy
	7	Sól
	8	Curry
	9	Kucharek smak natury
	10	Czosnek świeży
	11	Imbir mielony
35	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

36	Marchewka gotowana mini 120 g	
	1	Marchewka mini
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Cukier
	4	Sól
37	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
38	Medalion drobiowy z puree z marchewki 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Marchewka
39	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
40	Mini sucharki pełnoziarniste 20 g (GLU)	
	1	Mini sucharki(GLU)
41	Miód szt. 1 szt	
	1	Miód porcjowany
42	Mus truskawkowy z jogurtem posypyany płatkami migdałowymi 100 ml (MLE, OZI, OWŁ)	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
	4	Płatki migdałowe(OZI, OWŁ)
43	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)
44	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
45	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
46	Papryka 30 g	
	1	Papryka
47	Pasta jajeczna z awokado 80 g (JAJ)	
	1	Awokado pulpa
	2	Jaja(JAJ)
	3	Szczypiorek
	4	Sól
48	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(JAJ)
49	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

50	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (GLU, JAJ)	
	1	Pierogi z mięsem(GLU, JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Ślonina
51	Pierś z kurnej półki 50 g (GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(GLU)
52	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
53	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
54	Polędwica z piersi indyka 40 g (GLU)	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz(GLU)
55	Polędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g	
	1	Polędwiczka wieprzowa
	2	Jabłko
	3	Olej
	4	Sól
	5	Przyprawa do mięsa
	6	Majeranek
56	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
57	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
58	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
59	Pyszka szynkowa 40 g	
	1	Pyszka szynkowa
60	Rolada drobiowa ze szpinakiem 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziółowy
61	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
62	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

63	Ryż brązowy 140 g	
	1 Ryż brązowy	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	
64	Rzodkiewka 15 g	
	1 Rzodkiewka	
65	Salata 10 g	
	1 Salata	
66	Salata lodowa 10 g	
	1 Salata lodowa	
67	Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	
	1 Salatka jarzynowa(SEL)	
	2 Ogórek kiszony	
	3 Jabłka	
	4 Majonez(JAJ)	
	5 Jaja(JAJ)	
	6 Sól	
68	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	
	1 Mix owoców tropikalnych z sokiem z marakui	
69	Salatka z buraka 100 g	
	1 Buraki	
	2 Jabłka	
	3 Cebula	
	4 Cukier	
	5 Kwasek cytrynowy	
	6 Sól	
70	Schab na kartki 40 g	
	1 Schab na kartki	
71	Schab pieczony z morelą 55 g	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Morele suszone	
72	Ser mozzarella 40 g (MLE)	
	1 Ser mozzarella(MLE)	
73	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1 Ser żółty(MLE)	
74	Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE)	
	1 Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)	
75	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1 Serek homogenizowany szt.(MLE)	
76	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1 Serek wiejski 5% tł.(MLE)	
	2 Koper	
77	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	
	1 Skyr naturalny(MLE)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

78	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 50 g	
	1	Fasola biała
	2	Jablka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Olej
	6	Śliwki suszone
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Majeranek
	10	Czosnek świeży
79	Sos bazyliowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Bazylia
	4	Natka pietruszki
	5	Sól
	6	Kucharek smak natury
	7	lubczyk
	8	Pieprz cytrynow
80	Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Margaryna 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól
81	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Śmietana 18% tł.(MLE)
	3	Masło 83% tł.(MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziółowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
82	Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Wiśnia mrożona
83	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

84	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
85	Surówka collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
86	Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
87	Surówka z kapusty z ogórkiem i kukurydzą 80 g	
	1	Kapusta biała
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Ogórek kiszony
	4	Olej
	5	Koper
	6	Sól
88	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
89	Surówka z rzepy białej 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
90	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
91	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
92	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
93	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1	Szynka naturalna ze straganu
94	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

95	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
96	Szynka z piersi kurczaka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(GLU)
97	Szynkowa extra 40 g (GLU)	
	1	Szynkowa extra Szuster(GLU)
98	Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (MLE)	
	1	Twarożek z grillowanym bakłażanem(MLE)
99	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
100	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
101	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
102	Zupa brokułowa 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Brokuły mrożone
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
103	Zupa jarzynowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Makaron łazanki(GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Kalafior
	5	Brokuły mrożone
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
104	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Kalafior
	3	Kasza bulgur(GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Sól
105	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Kasza jęczmienna(GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

106	Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ser topiony(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
107	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
108	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	lubczyk
	10	Cząber
109	Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Włoszczyzna(SEL)
	6	Boczek wędzony
	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