

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Kapusta biała	
	6 Fasola biała	
	7 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	8 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	9 Cukier	
	10 Natka pietruszki	
	11 Kucharek smak natury	
	12 Sól	
2	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	
	1 Biszkopty(GLU, JAJ)	
3	Brokuły 120 g	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
4	Bułeczka alpejska mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ, SEZ)	
	1 Bułka alpejska mini(MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ, SEZ)	
5	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	
6	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
7	Chleb pyłowy 50 g	
	1 Chleb pyłowy 450g	
8	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Chleb razowy(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
9	Dorsz zapiekany ze szpinakiem 120 g (MLE, RYB)	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Szpinak mrożony	
	3 Olej	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Sól	
	6 Kucharek smak natury	
10	Eskalopki z indyka 70 g (GLU)	
	1 Filet z indyka	
	2 Mąka pszenna(GLU)	
	3 Pieprz ziołowy	
	4 Sól	
	5 Olej	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

11	Filet z indyka maślany 40 g	
	1 Filet z indyka maślany Łukosz	
12	Galaretka z borówkami 150 ml	
	1 Galaretka w proszku	
	2 Borówka amerykańska mrożona	
	3 Cukier	
13	Grahamka mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Grahamka mini(MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
14	Herbata owocowa z cukrem 250 g	
	1 Cukier	
	2 Herbata owocowa	
15	Herbata z cukrem 250 ml	
	1 Cukier	
	2 Herbata ekspresowa	
16	Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1 Herbatniki(MLE, GLU, JAJ)	
17	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	
18	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1 Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)	
19	Jogurt z malinami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g (MLE, OZI, OWŁ)	
	1 Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)	
	2 Malina mrożona	
	3 Płatki migdałowe(OZI, OWŁ)	
	4 Chipsy bananowe	
20	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g (MLE, GLU, OZI, OWŁ)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Malina mrożona	
	3 Musli crunchy z czekoladą(MLE, GLU, OZI, OWŁ)	
21	Kakao 250 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Cukier	
	3 Kakao	
22	Karkówka pieczona 100 g	
	1 Karkówka	
	2 Sól	
	3 Olej	
	4 Przyprawa do mięsa	
	5 Majeranek	
23	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Kasza jaglana	
24	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)	
	1 Kasza jęczmienna(GLU)	
	2 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

25	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
26	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
27	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
28	Koktajl brzoskwiowo-marchewkowy 200 g	
	1	Sok pomarańczowy
	2	Pulpa mango
	3	Brzoskwinie mrożona kostka
	4	Jabłko prażone
	5	Marchewka kostka mrożona
29	Koktajl jogurtowo jagodowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Jagoda mrożona
	3	Cukier
30	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
31	Kopytka 180 g (GLU, JAJ)	
	1	Kopytka(GLU, JAJ)
	2	Olej
	3	Sól
32	Kotlet pożarski z serem 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Ser żółty wiórki(MLE)
	4	Natka pietruszki
	5	Jajka(JAJ)
33	Krakowska sucha extra 40 g (MLE, SEL, SOJ, GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(MLE, SEL, SOJ, GOR)
34	Makaron orzo 140 g (GLU)	
	1	Makaron orzo(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
35	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
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	Masło orzechowe 20 g	
	1	Masło orzechowe

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

39	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)
40	Mus borówkowy z jogurtem 200 ml (MLE)	
	1	Borówka amerykańska mrożona
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	3	Cukier
41	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
42	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
43	Pancakes 1 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Pancakes(MLE, GLU, JAJ)
44	Papryka 30 g	
	1	Papryka
45	Pasta drobiowo warzywna 100 g (SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Natka pietruszki
	4	Olej
	5	Pieprz cytrynow
	6	Papryka wędzona
46	Pasta jajeczna z łososiem 80 g (JAJ, RYB)	
	1	Łosoś wędzony(RYB)
	2	Majonez(JAJ)
	3	Koper
	4	Jajka(JAJ)
47	Pasta jajeczna z pieczarkami 80 g (JAJ)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Majonez(JAJ)
	3	Jajka(JAJ)
	4	Sól
	5	Szczypiorek
48	Pączek 1 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Pączek(MLE, GLU, JAJ)
49	Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Pierogi ruskie(MLE, GLU, JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Ślönina
50	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
51	Poładwica z piersi indyka 40 g (GLU)	
	1	Poładwica z piersi indyka Łukosz(GLU)
52	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

53	Potrawka drobiowa w paprykowym trio 110 g (SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Papryka mrożona
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Pieprz czarny mielony
	6	Sól
54	Pызdra schabowa 40 g	
	1	Pызdra schabowa
55	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
56	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
57	Ryż brązowy 140 g	
	1	Ryż brązowy
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
58	Ryż brązowy na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż brązowy
59	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
60	Sałata 10 g	
	1	Sałata
61	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
62	Sałatka 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
63	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
64	Schab parowany 50 g	
	1	Schab b/k
	2	Olej

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

65	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty(MLE)
66	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
67	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Koper
68	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Skyr naturalny(MLE)
69	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1	Sok jabłkowy bez cukru
70	Sos cebulowy 60 g (GLU)	
	1	Cebula
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Margaryna 80% tł.
	4	Sól
	5	Majeranek
71	Sos majerankowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziołowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
72	Sos morelowy 60 g	
	1	Morele mrożone
	2	Olej
	3	Natka pietruszki
	4	Morele suszone
	5	Mąka ziemniaczana
	6	Miód
	7	Ocet winny
	8	Sól
	9	Rozmaryn
73	Sos musztardowy 60 g (GLU, GOR)	
	1	Musztarda(GOR)
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
74	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 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

75	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 ziółowy
	7	Bazyliã
	8	Sól
76	Sos ziółowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zióła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
77	Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
78	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta białã
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
79	Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Marchewka
	5	Jabłka
	6	Majonez(JAJ)
	7	Cukier
	8	Sól
80	Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g	
	1	Marchewka
	2	Ananas konserwowy
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
	7	Kwasek cytrynowy
81	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
82	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
83	Szynka od szwagra 40 g (GLU)	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

84	Szynka pieczona w sosie własnym 100 g	
	1	Szynka b/k
	2	Olej
	3	Sól
	4	Mąka ziemniaczana
85	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(GLU)
86	Szynka z piersi kurczaka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(GLU)
87	Szynkowa extra 40 g (GLU)	
	1	Szynkowa extra Szuster(GLU)
88	Twarożek bazyliowy 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Bazylia
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
89	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Oliwki krojone
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
90	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
91	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
92	Zraz schabowy z szynką 120 g (GLU, GOR)	
	1	Schab b/k
	2	Szynka konserwowa(GLU)
	3	Cebula
	4	Ogórek kiszony
	5	Musztarda(GOR)
	6	Olej
	7	Mąka pszenna(GLU)
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
93	Zupa koperkowa z kasza jaglaną 400 ml (SEL)	
	1	Kasza jaglana
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Ćwiartka z kurczaka
	4	Koper
	5	Natka pietruszki
	6	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid Podstawowa Dzieci 1B

94	Zupa minestrone z łazankami 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Makaron łazanki(GLU)
	4	Cukinia plastry mrożona
	5	Pomidory pelati
	6	Kapusta biała
	7	Marchewka kostka mrożona
	8	Fasolka szparagowa zielona
	9	Ćwiartka z kurczaka
	10	Koncentrat pomidorowy
	11	Fasola biała
	12	Groszek mrożony
	13	Masło roślinne 80% tł.
	14	Natka pietruszki
	15	Liść laurowy
	16	Sól
	17	Czosnek świeży
	18	Pieprz czarny mielony
95	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
96	Zupa pomidorowo-dyniowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Pomidory pelati
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Koncentrat pomidorowy
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Cukier
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	Liść laurowy
	12	Ziele angielskie
	13	Cząber
97	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Seler(SEL)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(MLE)
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Imid
Podstawowa Dzieci 1B**

98	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL)	
1	Ziemniaki	
2	Żurek(GLU)	
3	Włoszczyzna(SEL)	
4	Ćwiartka z kurczaka	
5	Majeranek	
6	Kucharek smak natury	
7	Sól	