

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 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	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	
3	Bitka z kurczaka 70 g (GLU)	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Mąka pszenna(GLU)	
	3 Pieprz ziółowy	
	4 Sól	
	5 Olej	
4	Bołeczka alpejska mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, S02, SOJ, SEZ)	
	1 Bołka 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 cytynowy	
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	Fasolka gotowana 100 g	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

11	Filet z indyka maślany 40 g	
	1 Filet z indyka maślany Łukosz	
12	Grahamka mini 1 szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1 Grahamka mini(MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
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 buraczkowy 80 g	
	1 Ciecierzycza konserwowa	
	2 Buraczki wiórki mrożone	
	3 Pasta tahini	
	4 Natka pietruszki	
	5 Cytryna	
	6 Cząmuszka ziarno	
	7 Olej sezamowy	
	8 Czosnek granulowany	
	9 Sól	
	10 Pieprz czarny mielony	
	11 Pieprz cytrynowy	
16	Jabłko 1 szt	
	1 Jabłka	
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 owocowy z maliną i miętą 200 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Malina mrożona	
	3 Mięta	
20	Jogurt owocowy z mango i miętą 200 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Mango mrożone	
	3 Mięta	
21	Jogurt owocowy z morelą i borówką 200 g (MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)	
	2 Morele mrożone	
	3 Borówka amerykańska mrożona	
22	Kakao 250 g (MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Cukier	
	3 Kakao	
23	Kapusta modra zasmażana z żurawiną 120 g	
	1 Kapusta czerwona	
	2 Konfitura z żurawiny	
	3 Ocet winny	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cebula czerwona	
	6 Cukier	
	7 Mąka kukurydziana	
	8 Kwasek cytrynowy	
	9 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

24	Karkówka pieczona 80 g	
	1	Karkówka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek
25	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Sól
26	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
27	Kasza manna na mleku z żurawiną 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
	3	Żurawina suszona
28	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
29	Kaziuk 40 g (GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(GLU)
30	Kisiel z jagodami 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1	Kisiel(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
	2	Jagoda mrożona
31	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
32	Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ)	
	1	Kluski śląskie(GLU, JAJ)
33	Koktajl jogurtowo jagodowy 200 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Jagoda mrożona
	3	Cukier
34	Koktajl sernikowy z malinami 200 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	3	Malina mrożona drobna
	4	Cukier
	5	Wiórki kokosowe
	6	Mięta
35	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Aronia mrożona
36	Kotlet pożarski z serem i żurawiną 100 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)
	3	Olej
	4	Ser żółty wiórki(MLE)
	5	Konfitura z żurawiny
	6	Natka pietruszki
	7	Jaja(JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

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)
38	Krakowska sucha extra 40 g (SEL, SOJ, GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(SEL, SOJ, GOR)
39	Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g	
	1	Kurczak gotowany z kurnej półki
40	Makaron orzo 140 g (GLU)	
	1	Makaron orzo(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
41	Marchewka z groszkiem 120 g	
	1	Marchewka z groszkiem
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
42	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
43	Medalion drobiowy z pulpą mango 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pulpą mango
44	Melon miódowy 150 g	
	1	Melon miódowy
45	Mini gofry 2 szt	
	1	Mini gofry
46	Mizeria 100 g (MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Sól
47	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)
48	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
49	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
50	Papryka 30 g	
	1	Papryka
51	Pasta drobiowo warzywna 100 g (SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Natka pietruszki
	4	Olej
	5	Pieprz cytrynowy
	6	Papryka wędzona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

52	Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto rosso
	3	Olej
	4	Kwasek cytrynowy
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
53	Pasta z serka wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 80 g (MLE, JAJ)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Suszone pomidory
	3	Jaja(JAJ)
	4	Bazylia
54	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (GLU, JAJ)	
	1	Pierogi z mięsem(GLU, JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Ślönina
55	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
56	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
57	Polędwica z piersi indyka 40 g (GLU)	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz(GLU)
58	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
59	Pomidory koktajlowe 50 g	
	1	Pomidor koktajlowy
60	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Nasiona chia
61	Pyzdra szynkowa 40 g	
	1	Pyzdra szynkowa
62	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL)	
	1	Ćwiartka z kurczaka
	2	Makaron nitki(GLU)
	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	Łubczyk
	13	Cząber
63	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

64	Ryż brązowy 140 g	
	1	Ryż brązowy
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
65	Ryż brązowy na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż brązowy
66	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
67	Sałata 10 g	
	1	Sałata
68	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
69	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
70	Schab na kartki 40 g	
	1	Schab na kartki
71	Schab po kaszubsku pieczony w sosie z pieczarkowym 120 g (MLE, GLU)	
	1	Schab b/k
	2	Kapusta kiszona
	3	Pieczarki mrożone
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Cebula
	6	Boczek wędzony
	7	Kucharek smak natury
	8	Papryka wędzona
	9	Majeranek
	10	Mąka pszenna(GLU)
	11	Pieprz cytrynow
72	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty(MLE)
73	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	
	1	Serek homogenizowany szt.(MLE)
74	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(MLE)
	2	Koper
75	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Skyr naturalny(MLE)
76	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1	Sok jabłkowy bez cukru
77	Sos cebulowy 60 g (GLU)	
	1	Cebula
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Margaryna 80% tł.
	4	Sól
	5	Majeranek

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

78	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	Ziola prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziolowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
79	Sos musztardowy 60 g (GLU, GOR)	
	1	Musztarda(GOR)
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
80	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
81	Sos ziolowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Ziola prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
82	Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką 120 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Por
	5	Olej
	6	Marchew żółta
	7	Cukier
	8	Sól
83	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłko
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
84	Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Marchewka
	5	Jabłko
	6	Majonez(JAJ)
	7	Cukier
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

85	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
86	Szpinak baby 10 g	
	1	Szpinak baby
87	Szynka bankietowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(GLU)
88	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol
89	Szynka pieczona w sosie własnym 100 g	
	1	Szynka b/k
	2	Olej
	3	Sól
	4	Mąka ziemniaczana
90	Szynka z indyka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z indyka Lukullus I(GLU)
91	Szynka z piersi kurczaka 40 g (GLU)	
	1	Szynka z piersi kurczaka Szuster(GLU)
92	Szynka z zalewy Szuster 50 g (GLU, SOJ, GOR)	
	1	Szynka z zalewy Szuster(GLU, SOJ, GOR)
93	Szynkowa extra 40 g (GLU, SOJ, GOR)	
	1	Szynkowa extra Szuster(GLU, SOJ, GOR)
94	Truskawki 100 g	
	1	Truskawki
95	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Koper
96	Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Jabłka
	3	Sól
	4	Olej
	5	Przyprawa do mięsa
97	Wafle ryżowe 2 szt	
	1	Wafle ryżowe
98	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
99	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

100	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 400 ml (OWŁ, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Cukinia plastry mrożona
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Mleko kokosowe(OWŁ)
	7	Włoszczyzna(SEL)
	8	Pulpa mango
	9	Sok pomarańczowy
	10	Imbir mielony
	11	Kucharek smak natury
	12	Natka pietruszki
	13	Cukier
	14	Sól
101	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
102	Zupa minestrone 400 ml (SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Cukinia plastry mrożona
	4	Pomidory pelati
	5	Kapusta biała
	6	Marchewka kostka mrożona
	7	Fasolka szparagowa zielona
	8	Ćwiartka z kurczaka
	9	Koncentrat pomidorowy
	10	Fasola biała
	11	Groszek mrożony
	12	Masło roślinne 80% tł.
	13	Natka pietruszki
	14	Liść laurowy
	15	Sól
	16	Czosnek świeży
	17	Pieprz czarny mielony
103	Zupa pejzanka 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Śmietana 18% tł.(MLE)
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-05-11 do dnia 2025-05-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

104	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Makaron świderki(<i>GLU</i>)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	4	Śmietana 18% tł.(<i>MLE</i>)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Cząber
	11	lubczyk
105	Zupa selerowa z ryżem brązowym 400 ml (SEL)	
	1	Seler(<i>SEL</i>)
	2	Ryż brązowy
	3	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Kucharek smak natury
	6	Natka pietruszki
	7	Sól
106	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	4	Śmietana 18% tł.(<i>MLE</i>)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
107	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL)	
	1	Marchewka kostka mrożona
	2	Zacierka(<i>GLU, JAJ</i>)
	3	Włoszczyzna(<i>SEL</i>)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól