

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Lp		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Asortyment		Składniki
1	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Boczek wędzony
	7	Majeranek
	8	Kucharek smak natury
	9	Sól
2	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Buraki
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Kapusta biała
	6	Fasola biała
	7	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	8	Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)
	9	Cukier
	10	Koper
	11	Natka pietruszki
	12	Kucharek smak natury
	13	Sól
3	Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatką wieprzowa
	2	Cebula
	3	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	4	Olej
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Jaja(3-JAJ)
4	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)	
	1	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
5	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
	1	Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)
6	Chleb pyłowy 50 g	
	1	Chleb pyłowy 450g
7	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Chleb razowy(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)
8	Deser sernikowy z pomarańczą, malinami i czekoladą 150 ml	
	1	Twarożek z pomarańczą
	2	Wirki czekolada deserowa
	3	Malina liofilizowana
9	Drożdżówka z serem 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)	
	1	Drożdżówka z serem(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 12-S02)

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID Podstawowa Dzieci 1B		
10	Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU)	
	1	Filet z indyka
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Pieprz ziolowy
	4	Sól
	5	Olej
11	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ)	
	1	Grahamka mini(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ)
12	Gruszka 1 szt	
	1	Gruszka
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 pesto rosso 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto rosso
	3	Pasta tahini
	4	Cytryna
	5	Curry
	6	Kmin rzymski
	7	Czarnuszka ziarno
	8	Olej sezamowy
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
	11	Pieprz czarny mielony
	12	Pieprz cytrynow
16	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
17	Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Szczypiorek
18	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
19	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
20	Jogurt owocowy z borówką i brzoskwinia 200 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Borówka amerykańska mrożona
	3	Brzoskwinie mrożona kostka
21	Jogurt z bakaliami i owocami 250 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Mieszanka studencka
	4	Borówka amerykańska mrożona
	5	Truskawki mrożone
22	Jogurt z musli i konfiturą z żurawiny 250 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Konfitura z żurawiny
	3	Musli owocowe(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

23	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
24	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
25	Kasza gryczana biała 140 g	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Olej
	3	Sól
26	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
	3	Żurawina suszona
27	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Sól
28	Kasza kuskus 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
29	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
30	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
31	Kaziuk 40 g (1-GLU)	
	1	Kaziuk (JBB)(1-GLU)
32	Kefir 1 szt (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
33	Kisiel z morelą 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Morele mrożone
	2	Kisiel(3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)
34	Kluski śląskie 200 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Kluski śląskie(1-GLU, 3-JAJ)
35	Koktajl snickers 150 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Banan
	3	Masło orzechowe
	4	Kakao
36	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
37	Kotlet pożarski z serem 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	4	Natka pietruszki
	5	Jaja(3-JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

38	Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Krakowska sucha extra(6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
39	Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g	
	1	Kurczak gotowany z kurnej półki
40	Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
41	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
42	Marchewka talarki z natką 100 g	
	1	Marchew talarki mrożona
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
	4	Natka pietruszki
43	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
44	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
45	Mini gofry 2 szt	
	1	Mini gofry
46	Miruna w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Cytryna
	10	Jaja(3-JAJ)
47	Mizeria 100 g (7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Koper
	5	Sól
48	Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Ogórek kiszony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Koper
	5	Musztarda(10-GOR)
49	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
50	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
51	Papryka 30 g	
	1	Papryka
52	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Suszone pomidory

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

53	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(3-JAJ)
54	Pasta z soczewicy czerwonej 80 g (13-LUB)	
	1	Soczewica(13-LUB)
	2	Marchewka kostka mrożona
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Natka pietruszki
	6	Olej
	7	Czosnek granulowany
	8	Papryka mielona
	9	Kmin rzymski
55	Pierś z kurnej półki 50 g (1-GLU)	
	1	Pierś z kurnej półki Cedrob I(1-GLU)
56	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
57	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
58	Polędwica z piersi indyka 40 g	
	1	Polędwica z piersi indyka Łukosz
59	Polędwiczka wieprzowa pieczona 100 g	
	1	Polędwiczka wieprzowa
	2	Olej
	3	Sól
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek
60	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
61	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
62	Pyzdra schabowa 40 g	
	1	Pyzdra schabowa
63	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ćwiartka z kurczaka
	2	Makaron nitki(1-GLU)
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Przyprawa do mięsa
	11	Pieprz czarny mielony
	12	lubczyk
	13	Cząber

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

64	Rumianek 250 g	
	1	Rumianek
65	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-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	Sałatka z tortellini 150 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Tortellini z ricottą i szpinakiem
	2	Pyzdra szynkowa
	3	Papryka
	4	Ogórek zielony
	5	Kukurydza konserwowa
	6	Ser żółty(7-MLE)
	7	Ogórek kiszony
	8	Fasola czerwona konserwowa
	9	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	10	Majonez(3-JAJ)
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
	13	Pieprz czarny mielony
	14	Oregano
70	Schab pieczony w sosie dyniowym 120 g (1-GLU)	
	1	Schab b/k
	2	Dynia mrożona
	3	Olej
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Mąka ziemniaczana
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Majeranek
71	Schab po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Schab b/k
	2	Szpinak liście mrożony
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Suszone pomidory
	6	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	7	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	8	Papryka mielona
	9	Sól
	10	Czosnek świeży
72	Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Dynia mrożona
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
73	Ser mozzarella 40 g (7-MLE)	
	1	Ser mozzarella(7-MLE)
74	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

75	Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE)	
	1	Serek waniliowy President(7-MLE)
76	Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g (7-MLE)	
	1	Serek wiejski 5% tł.(7-MLE)
	2	Szczypiorek
77	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Skyr naturalny(7-MLE)
78	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Masło 83% tł.(7-MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziółowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
79	Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziółowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
80	Sos pieczarkowy 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Tymianek
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
81	Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Pieprz czarny mielony
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Sól
82	Sos rozmarynowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Rozmaryn
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

83	Sos ziołowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
84	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłko
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
85	Surówka z kapusty kiszonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
86	Surówka z kapusty pekińskiej z porem i mandarynkami 100 g (7-MLE)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Mandarynka w puszcze
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Cukier
	7	Sól
	8	Ocet winny
87	Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 100 g	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłko
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Cukier
88	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
89	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
90	Szynka na kartki 40 g	
	1	Szynka na kartki Nikpol

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

91	Szynka naturalna ze straganu 40 g	
	1 Szynka naturalna ze straganu	
92	Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)	
93	Szynka pieczona w sosie własnym 100 g	
	1 Szynka b/k	
	2 Olej	
	3 Sól	
	4 Mąka ziemniaczana	
94	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)	
95	Szynka z indyka 40 g (1-GLU)	
	1 Szynka z indyka Lukullus I(1-GLU)	
96	Szynka z zalewy Szuster 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynka z zalewy Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
97	Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1 Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
98	Śliwki 130 g	
	1 Śliwki	
99	Twarożek z oliwkami 80 g (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Oliwki krojone	
	3 Natka pietruszki	
	4 Sól	
	5 Pieprz czarny mielony	
100	Twarożek z pomarańczą 80 g	
	1 Twarożek z pomarańczą	
101	Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g	
	1 Udziec z kurczaka z/k	
	2 Olej	
	3 Przyprawa do kurczaka	
	4 Sól	
102	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	
103	Wieprzowina z zapiecka 50 g	
	1 Wieprzowina z zapiecka	
104	Winogrona 100 g	
	1 Winogrona	
105	Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)	
	3 Cukier	
	4 Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B

106	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
107	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Brokuły mrożone
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ryż brązowy
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
108	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Kasza bulgur(1-GLU)
	3	Kalafior
	4	Brokuły mrożone
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
109	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Ogórek zielony
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
110	Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Marchewka kostka mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Imbir mielony
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-10-11 do dnia 2025-10-20 dla diety: IMID
Podstawowa Dzieci 1B**

111	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Makaron muszelka(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	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
112	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Makaron świderki(1-GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Koper
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	Cząber
	12	lubczyk
113	Zupa z cukinii z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Cukinia plastry mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Cukinia kostka mrożona
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól