

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
		Lp	Asortyment	Porcja
1	Receptura	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE, GLU, SEL)		
		1 Ziemniaki		
		2 Buraki		
		3 Włoszczyzna (SEL)		
		4 Ćwiartka z kurczaka		
		5 Barszcz czerwony koncentrat (GLU, SEL)		
		6 Śmietana 18% tł. (MLE)		
		7 Cukier		
		8 Sól		
		9 Natka pietruszki		
		10 Kucharek smak natury		
2	Receptura	Bitka z kurczaka z serem żółtym i pieczarką 70 g (MLE, GLU, SEL)		
		1 Filet z kurczaka		
		2 Włoszczyzna (SEL)		
		3 Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)		
		4 Pieczarki mrożone		
		5 Mąka pszenna (GLU)		
		6 Sól		
		7 Olej		
		8 Przyprawa do mięsa		
3	Receptura	Buraczki 120 g (GLU, SEL)		
		1 Buraki		
		2 Mąka pszenna (GLU)		
		3 Barszcz czerwony koncentrat (GLU, SEL)		
		4 Masło roślinne 80% tł.		
		5 Cukier		
		6 Sól		
		7 Kwasek cytrynowy		
4	Receptura	Chleb pszenny 100 g (GLU)		
		1 Chleb barowy 600g (GLU)		
5	Receptura	Chleb razowy 50 g (GLU)		
		1 Chleb razowy (GLU)		
6	Receptura	Dżem szt 1 szt		
		1 Dżem porcjowany		
7	Receptura	Gnocci z masłem roślinnym i posypane płatkami drożdżowymi 300 g (GLU)		
		1 Kluski gnocchi (GLU)		
		2 Płatki drożdżowe nieaktywne		
		3 Masło roślinne 80% tł.		
		4 Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
8	Receptura	Gołąbek po hiszpańsku 120 g (JAJ, SEL)			
		1	Łopatka wieprzowa		
		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)		
9	Receptura	Herbata z cukrem 250 ml			
		1	Cukier		
		2	Herbata ekspresowa		
10	Receptura	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ)			
		1	Majonez (JAJ)		
		2	Jaja (JAJ)		
		3	Koper		
11	Receptura	Kakao 250 g (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Cukier		
		3	Kakao (GLU)		
12	Receptura	Kalafor 120 g			
		1	Kalafor		
		2	Sól		
13	Receptura	Kasza gryczana 140 g			
		1	Kasza gryczana		
		2	Sól		
14	Receptura	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Kasza jaglana		
15	Receptura	Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Kasza manna (GLU)		
16	Receptura	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Cukier		
		3	Kawa inka (GLU)		
17	Receptura	Kompot owocowy 250 ml			
		1	Mieszanka kompotowa		
		2	Cukier		
		3	Aronia mrożona		
		4	Czerwona porzeczka mrożona		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
18	Receptura	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 120 g (GLU, JAJ)			
		1 Łopatka wieprzowa			
		2 Bułka specjalna krojona 300g (GLU)			
		3 Bułka tarta (GLU)			
		4 Olej			
		5 Cebula			
		6 Sól			
		7 Oregano			
		8 Ziola prowansalskie			
		9 Majeranek			
		10 Jaja (JAJ)			
		11 Pieprz czarny mielony			
19	Receptura	Krem z dyni 400 ml (SEL)			
		1 Dynia mrożona			
		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			
20	Receptura	Łopatka z pietruszką 40 g (GLU)			
		1 Łopatka z pietruszką (GLU)			
21	Receptura	Makaron pene 140 g (GLU)			
		1 Makaron pene (GLU)			
		2 Olej			
		3 Sól			
22	Receptura	Makaron spaghetti 140 g (GLU)			
		1 Makaron spaghetti (GLU)			
		2 Olej			
		3 Sól			
23	Receptura	Marchewka gotowana mini 120 g (GLU)			
		1 Marchewka mini			
		2 Masło roślinne 80% tł.			
		3 Mąka pszenna (GLU)			
		4 Cukier			
		5 Sól			
24	Receptura	Masło 10 g (MLE)			
		1 Masło 83% tł. (MLE)			
25	Receptura	Miruna panierowana 120 g (GLU, JAJ, RYB)			
		1 Miruna Nowozel. Unifrezze (RYB)			
		2 Olej			
		3 Bułka tarta (GLU)			
		4 Mąka pszenna (GLU)			
		5 Sól			
		6 Jaja (JAJ)			

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
26	Receptura	Ogórek 30 g			
		1	Ogórek zielony		
27	Receptura	Ogórek kiszony 30 g			
		1	Ogórek kiszony		
28	Receptura	Pałki z kurczaka pieczone 2 szt			
		1	Pałki z kurczaka		
		2	Sól		
29	Receptura	Papryka 30 g			
		1	Papryka		
30	Receptura	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		
31	Receptura	Pasta twarogowa z warzywami 130 g (MLE, SEL)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Pomidor		
		4	Koper		
		5	Sól		
		6	Pieprz cytrynowy		
		7	Natka pietruszki		
32	Receptura	Pasta z fasoli czerwonej 80 g			
		1	Fasola czerwona konserwowa		
		2	Papryka mrożona		
		3	Ziemniaki		
		4	Olej		
		5	Koncentrat pomidorowy		
		6	Natka pietruszki		
		7	Papryka		
		8	Czosnek granulowany		
		9	Sól		
		10	Kmin rzymski		
		11	Szczypiorek		
		12	Pieprz czarny mielony		
33	Receptura	Pasta z soczewicy czerwonej 80 g			
		1	Soczewica		
		2	Marchewka kostka mrożona		
		3	Cebula		
		4	Koncentrat pomidorowy		
		5	Natka pietruszki		
		6	Olej		
		7	Czosnek granulowany		
		8	Papryka mielona		
		9	Kmin rzymski		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	Składniki
34	Receptura	Pasta z zielonego groszku 80 g			
		1 Groszek mrożony			
		2 Pestki słonecznika			
		3 Olej			
		4 Sól			
		5 Cytryna			
		6 Pieprz czarny mielony			
		7 Mięta			
		8 Czosnek świeży			
35	Receptura	Pierogi z mięsem II 220 g (<i>GLU, JAJ, MWP</i>)			
		1 Pierogi z mięsem (<i>GLU, JAJ, MWP</i>)			
		2 Cebula			
		3 Sól			
		4 Skonina			
36	Receptura	Pierś z kurnej półki 50 g (<i>GLU</i>)			
		1 Pierś z kurnej półki Cedrob I (<i>GLU</i>)			
37	Receptura	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (<i>MLE, GLU</i>)			
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)			
		2 Płatki jęczmienne (<i>GLU</i>)			
38	Receptura	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU</i>)			
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)			
		2 Płatki owsiane (<i>GLU</i>)			
39	Receptura	Pomidor 30 g			
		1 Pomidor			
40	Receptura	Potrąbka drobiowa w paprykowym trio 110 g (<i>SEL</i>)			
		1 Udziec z kurczaka b/k, b/s			
		2 Papryka mrożona			
		3 Włoszczyzna (<i>SEL</i>)			
		4 Masło roślinne 80% tł.			
		5 Pieprz czarny mielony			
		6 Sól			
41	Receptura	Pyzdra schabowa 40 g (<i>GLU</i>)			
		1 Pyzdra schabowa (<i>GLU</i>)			
42	Receptura	Pyzdra szynkowa 40 g (<i>GLU</i>)			
		1 Pyzdra szynkowa (<i>GLU</i>)			
43	Receptura	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>)			
		1 Mleko 3,2% tł. (<i>MLE</i>)			
		2 Ryż			
		3 Cukier			
		4 Sól			
44	Receptura	Salata 10 g			
		1 Salata			

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
			Składniki		
45	Receptura	Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g (MLE, GLU, JAJ)			
		1	Kalafior		
		2	Kukurydza konserwowa		
		3	Szynka konserwowa (GLU)		
		4	Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)		
		5	Majonez (JAJ)		
		6	Koper		
		7	Sól		
46	Receptura	Schab na kartki 40 g (GLU)			
		1	Schab na kartki (GLU)		
47	Receptura	Ser żółty 40 g (MLE)			
		1	Ser żółty 22,90% tł. (MLE)		
48	Receptura	Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE)			
		1	Ser cukierniczy president 11% tł. (MLE)		
		2	Koper		
49	Receptura	Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)			
		1	Serek wiejski 5% tł. (MLE)		
		2	Koper		
50	Receptura	Sos boloński wieprzowy 200 g (MLE, GLU, SEL)			
		1	Karkówka		
		2	Koncentrat pomidorowy		
		3	Pomidory pelati		
		4	Włoszczyzna (SEL)		
		5	Mąka pszenna (GLU)		
		6	Cebula		
		7	Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)		
		8	Olej		
		9	Ziela prowansalskie		
		10	Sól		
51	Receptura	Sos chrzanowy 60 g (GLU)			
		1	Mąka pszenna (GLU)		
		2	Chrzan		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Koper		
		5	Sól		
52	Receptura	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)			
		1	Pietruszka		
		2	Mąka pszenna (GLU)		
		3	Olej		
		4	Liść laurowy		
		5	Ziele angielskie		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
53	Receptura	Sos pomidorowy 60 g (GLU)			
		1	Koncentrat pomidorowy		
		2	Mąka pszenna (GLU)		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Ziele angielskie		
		5	Liść laurowy		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		
54	Receptura	Sos ziółowy 60 g (GLU)			
		1	Mąka pszenna (GLU)		
		2	Olej		
		3	Ziola prowansalskie		
		4	Liść laurowy		
		5	Ziele angielskie		
		6	Pieprz ziółowy		
		7	Sól		
55	Receptura	Surówka kopenhaska 100 g (MLE, GOR)			
		1	Kapusta pekińska		
		2	Marchewka		
		3	Ogórek kiszony		
		4	Jogurt naturalny 2%tł. (MLE)		
		5	Cebula		
		6	Musztarda (GOR)		
		7	Natka pietruszki		
		8	Sól		
		9	Pieprz czarny mielony		
56	Receptura	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g			
		1	Kapusta biała		
		2	Ogórek kiszony		
		3	Marchewka		
		4	Groszek konserwowy		
		5	Cebula		
		6	Olej		
		7	Cukier		
		8	Sól		
57	Receptura	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ)			
		1	Kapusta czerwona		
		2	Jablka		
		3	Majonez (JAJ)		
		4	Cebula		
		5	Olej		
		6	Cukier		
		7	Sól		
58	Receptura	Surówka z kapusty kiszonej 100 g			
		1	Kapusta kiszona		
		2	Marchewka		
		3	Jablka		
		4	Olej		
		5	Cukier		
		6	Sól		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
59	Receptura	Surówka z marchwi i jabłka 100 g			
		1	Marchewka		
		2	Jabłka		
		3	Olej		
		4	Cukier		
		5	Sól		
		6	Kwasek cytrynowy		
60	Receptura	Surówka z ogórka kiszzonego 100 g			
		1	Ogórek kiszony		
		2	Jabłka		
		3	Cebula		
		4	Olej		
		5	Cukier		
61	Receptura	Surówka z selera (z majonezem) 100 g (JAJ, SEL)			
		1	Seler (SEL)		
		2	Jabłka		
		3	Kukurydza konserwowa		
		4	Brzoskwinie konserwowe		
		5	Majonez (JAJ)		
		6	Cukier		
		7	Sól		
62	Receptura	Szynka na kartki Nikpol 40 g (GLU)			
		1	Szynka na kartki Nikpol (GLU)		
63	Receptura	Szynka od szwagra 40 g (GLU)			
		1	Szynka od szwagra Krakus I (GLU)		
64	Receptura	Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU)			
		1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex (GLU)		
65	Receptura	Szynka z indyka 40 g (GLU)			
		1	Szynka z indyka Lukullus I (GLU)		
66	Receptura	Twarożek z oliwkami 80 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Oliwki krojone		
		3	Natka pietruszki		
		4	Sól		
		5	Pieprz czarny mielony		
67	Receptura	Twarożek z truskawkami 150 g (MLE)			
		1	Twaróg 4% tł. (MLE)		
		2	Truskawki mrożone		
		3	Cukier		
		4	Cukier waniliowy		
68	Receptura	Udziec z indyka pieczony 100 g			
		1	Udziec z indyka b/k		
		2	Sól		
		3	Olej		
		4	Przyprawa do mięsa		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
				Składniki	
69	Receptura	Wieprzowina po toskańsku 100 g (MLE, GLU)			
		1	Łopatką wieprzowa		
		2	Szpinak mrożony		
		3	Olej		
		4	Mąka pszenna (GLU)		
		5	Suszone pomidory		
		6	Ser żółty wiórki 22,90% tł. (MLE)		
		7	Śmietana 18% tł. (MLE)		
		8	Papryka mielona		
		9	Sól		
		10	Czosnek świeży		
70	Receptura	Zacierka na mleku 350 ml (MLE, GLU, JAJ)			
		1	Mleko 3,2% tł. (MLE)		
		2	Zacierka (GLU, JAJ)		
		3	Cukier		
		4	Sól		
71	Receptura	Ziemniaki 60 g			
		1	Ziemniaki obierane		
		2	Ziemniaki		
		3	Masło roślinne 80% tł.		
		4	Sól		
		5	Koper		
72	Receptura	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)			
		1	Dynia mrożona		
		2	Zacierka (GLU, JAJ)		
		3	Włoszczyzna (SEL)		
		4	Śmietana 18% tł. (MLE)		
		5	Ćwiartka z kurczaka		
		6	Sól		
		7	Imbir mielony		
		8	Kucharek smak natury		
		9	Natka pietruszki		
		10	Czosnek granulowany		
73	Receptura	Zupa fasolowa 400 ml (GLU, MWP, SEL)			
		1	Ziemniaki		
		2	Fasola biała		
		3	Włoszczyzna (SEL)		
		4	Ćwiartka z kurczaka		
		5	Boczek wędzony (MWP)		
		6	Mąka pszenna (GLU)		
		7	Cebula		
		8	Olej		
		9	Sól		
		10	Majeranek		
		11	Kucharek smak natury		
		12	Natka pietruszki		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu		Składniki	
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	
		Składniki			
74	Receptura	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	Sól		
		8	Przyprawa do mięsa		
75	Receptura	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (MLE, GLU, SEL)			
		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		
76	Receptura	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 400 ml (MLE, GLU, SEL)			
		1	Szczaw konserwowy		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Kasza pęczak (GLU)		
		4	Śmietana 18% tł. (MLE)		
		5	Ćwiartka z kurczaka		
		6	Masło roślinne 80% tł.		
		7	Sól		
		8	Koper		
		9	Kucharek smak natury		
77	Receptura	Zupa z soczewicy 500 ml (SEL)			
		1	Włoszczyzna (SEL)		
		2	Soczewica		
		3	Cebula		
		4	Koncentrat pomidorowy		
		5	Ćwiartka z kurczaka		
		6	Sól		
		7	Pieprz czarny mielony		
		8	Majeranek		

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-20 dla diety: IMID Podstawowa 1A Kobiety

Lp	Typ	Nazwa dania/asortymentu	Składniki		
		Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)			
		Lp	Asortyment	Porcja	Składniki
78	Receptura	Zupa zalewajka grzybowa 300 ml (MLE, GLU, MWP, SEL)			
		1	Ziemniaki		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Śmietana 18% t. (MLE)		
		4	Kielbasa podwawelska (GLU)		
		5	Żurek (GLU)		
		6	Mąka pszenna (GLU)		
		7	Chrzan		
		8	Boczek wędzony (MWP)		
		9	Grzyby mrożone		
		10	Sól		
		11	Kwasek cytrynowy		
		12	Majeranek		
		13	Kucharek smak natury		
79	Receptura	Żurek z ziemniakami 300 ml (MLE, GLU, MWP, SEL)			
		1	Ziemniaki		
		2	Włoszczyzna (SEL)		
		3	Śmietana 18% t. (MLE)		
		4	Żurek (GLU)		
		5	Kielbasa podwawelska (GLU)		
		6	Mąka pszenna (GLU)		
		7	Chrzan		
		8	Boczek wędzony (MWP)		
		9	Sól		
		10	Kwasek cytrynowy		
		11	Majeranek		
		12	Kucharek smak natury		