

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Banan 1 szt	
	1 Banan	
2	Bitka z kurczaka z pulpą mango 100 g (GLU)	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Pulpą mango	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Pieprz ziółowy	
	5 Sól	
	6 Olej	
3	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
4	Bułka wrocławska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
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, SOJ, SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SOJ, SEZ)	
7	Cukier 10 g	
	1 Cukier	
8	Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (MLE, GLU, JAJ, RYB)	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(GLU)	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Cebula	
	6 Bazylia	
	7 Pieprz czarny mielony	
	8 Sól	
	9 Cytryna	
	10 Jaja(JAJ)	
9	Dżem 20 g	
	1 Dżem	
10	Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g (MLE, GLU)	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Fasolka szparagowa żółta	
	3 Bułka tarta(GLU)	
	4 Masło 83% tł.(MLE)	
	5 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

11	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)
12	Gulasz wieprzowy 180 g (GLU, SEL)	
	1	Łopátka wieprzowa
	2	Pieczarki mrożone
	3	Papryka mrożona
	4	Włoszczyzna(SEL)
	5	Mąka pszenna(GLU)
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Sól
	9	Pieprz ziółowy
	10	Przyprawa do mięsa
13	Herbata 1 szt	
	1	Herbata ekspresowa
14	Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Herbatniki(MLE, GLU, JAJ)
15	Jabko 1 szt	
	1	Jabłka
16	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ)	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jaja(JAJ)
	3	Koper
17	Jarzyńki po grecku 100 g (SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
18	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(MLE)
19	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(MLE)
20	Kakao 250 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

22	Kartacze z mięsem 3 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Cebula
	2	Ślonina
	3	Kartacze z mięsem(MLE, GLU, JAJ)
	4	Olej
	5	Sól
23	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Sól
24	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
25	Kasza jęczmienna 140 g (GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Sól
26	Kasza pęczak 220 g (GLU)	
	1	Kasza pęczak(GLU)
	2	Sól
27	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
28	Kiełbasa szynkowa 40 g (GLU)	
	1	Kiełbasa szynkowa Extra Duda T(GLU)
29	Kisiel z jabłkiem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1	Jabłko
	2	Kisiel(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
	3	Cukier
30	Kisiel z jagodami 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	
	1	Kisiel(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
	2	Cukier
	3	Jagoda mrożona
31	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
32	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
33	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)
34	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
35	Masło 10 g (MLE)	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
36	Mini muffiny 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Mini muffiny(MLE, GLU, JAJ)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

37	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)
38	Mus truskawkowy 200 g	
	1	Truskawki mrożone
	2	Cukier
39	Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	
	1	Naleśniki z serem(MLE, GLU, JAJ)
40	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
41	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
42	Papryka 30 g	
	1	Papryka
43	Pasta jajeczna ze szpinakiem 80 g (JAJ)	
	1	Szpinak mrożony
	2	Majonez(JAJ)
	3	Jaja(JAJ)
44	Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ)	
	1	Szprotki
	2	Majonez(JAJ)
	3	Koper
	4	Jaja(JAJ)
45	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
46	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
47	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki owsiane(GLU)
48	Polędwica drobiowa 40 g (GLU)	
	1	Polędwica drobiowa(GLU)
49	Polędwica sopocka 40 g (GLU)	
	1	Polędwica sopocka(GLU)
50	Polędwica z warzywami JBB 40 g (GLU)	
	1	Polędwica z warzywami JBB(GLU)
51	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
52	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

53	Pulpet wieprzowy 80 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
	1	Łopatką wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)
	3	Sól
	4	Jaja(JAJ)
54	Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU)	
	1	Rolada z kurczakiem Duda(GLU)
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	Ryż na mleku 350 g (MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Ryż
	3	Cukier
	4	Sól
57	Salata 10 g	
	1	Salata
58	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(MLE)
	5	Majonez(JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
59	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
60	Schab Benedykta 100 g (GLU)	
	1	Schab Benedykta(GLU)
61	Schab Maryny 40 g (GLU)	
	1	Schab Maryny Szuster(GLU)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

62	Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (OZI, OWŁ, SEZ)	
	1	Schab b/k
	2	Pesto bazyliowe(OZI, OWŁ, SEZ)
	3	Kucharek smak natury
	4	Majeranek
63	Ser biały 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
64	Ser żółty 40 g (MLE)	
	1	Ser żółty(MLE)
65	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
	1	Sok jabłkowy bez cukru
66	Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(MLE)
	2	Wiśnia mrożona
67	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
68	Sos pietruszkowy 60 g (GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
69	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 ziołowy
	7	Bazylia
	8	Sól
70	Sos ziołowy 60 g (GLU)	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
71	Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

72	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
73	Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (JAJ)	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Majonez(JAJ)
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
74	Surówka z kapusty kiszzonej 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
75	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
76	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
77	Surówka z pora (z majonezem) 100 g (MLE, JAJ)	
	1	Por
	2	Marchewka
	3	Majonez(JAJ)
	4	Jabłka
	5	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	6	Cukier
	7	Sól
78	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

79	Szpinak 120 g (GLU)	
	1	Szpinak mrożony
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Sól
80	Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(GLU)
81	Szynka konserwowa 40 g (GLU)	
	1	Szynka konserwowa(GLU)
82	Szynka Maryny 40 g (GLU)	
	1	Szynka Maryny Szuster(GLU)
83	Szynka miodowa z Dudy 40 g (GLU)	
	1	Szynka miodowa z Dudy(GLU)
84	Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU)	
	1	Szynka z kotła Gustavus(GLU)
85	Szynkowa 30 g (GLU)	
	1	Szynkowa TransG(GLU)
86	Twarożek miętowy 80 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Mięta
87	Twarożek z papryką 40 g (MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Papryka
	3	Papryka mielona
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
88	Tyrołska 40 g (GLU)	
	1	Tyrołska(GLU)
89	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
90	Ziemniaki 60 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
91	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Włoszczyzna(SEL)
	2	Brokuły mrożone
	3	Kasza bulgur(GLU)
	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 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

92	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Zacierka(GLU, JAJ)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Imbir mielony
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Czosnek granulowany
93	Zupa fasolowa 400 ml (SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola biała
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól
94	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (MLE, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Koper
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
95	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron łazanki(GLU)
	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 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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2024-12-11 do dnia 2024-12-20 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

97	Zupa porowo-ziemniaczana z boczkiem 400 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Boczek wędzony
	6	Kielbasa podwawelska(GLU)
	7	Śmietana 18% tł.(MLE)
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	lubczyk
	12	Koper
98	Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 400 ml (MLE, JAJ, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
	8	Jaja(JAJ)
99	Żurek z ziemniakami i kielbasą 300 ml (MLE, GLU, SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(GLU)
	3	Włoszczyzna(SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(MLE)
	5	Kielbasa podwawelska(GLU)
	6	Chrzan
	7	Boczek wędzony
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Majeranek
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól