

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 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	<b>Barszcz ukraiński 400 ml (MLE, GLU, SEL)</b>	
	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	Brokuły 120 g	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
4	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
5	<b>Bułka wrocławska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ)</b>	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(MLE, GLU, JAJ, SOJ)	
6	<b>Buraczki 120 g (GLU, SEL)</b>	
	1 Buraki	
	2 Mąka ziemniaczana	
	3 Barszcz czerwony koncentrat(GLU, SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cukier	
	6 Sól	
	7 Kwasek cytrynowy	
7	<b>Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(GLU, OZI, OWŁ, SEZ)	
8	Cukier 10 g	
	1 Cukier	
9	<b>Dorsz zapiekany ze szpinakiem 120 g (MLE, RYB)</b>	
	1 Dorsz(RYB)	
	2 Szpinak mrożony	
	3 Olej	
	4 Śmietana 18% tł.(MLE)	
	5 Sól	
	6 Kucharek smak natury	
10	<b>Eskalopki z indyka 70 g (GLU)</b>	
	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: Piaseczno Podstawowa Dzieci**

11	Herbata 1 szt	
	1	Herbata ekspresowa
12	Herbata owocowa 1 szt	
	1	Herbata owocowa
13	<b>Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Herbatniki(MLE, GLU, JAJ)
14	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
15	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
16	<b>Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt ( JAJ)</b>	
	1	Majonez(JAJ)
	2	Jajko(JAJ)
	3	Koper
17	<b>Kakao 250 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
18	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Sól
19	Karkówka pieczona 100 g	
	1	Karkówka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek
20	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza jaglana
21	<b>Kasza jęczmienna 140 g (GLU)</b>	
	1	Kasza jęczmienna(GLU)
	2	Sól
22	<b>Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Kasza manna(GLU)
23	<b>Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(GLU)
24	<b>Kisiel z jagodami 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)</b>	
	1	Kisiel(GLU, JAJ, SOJ, SEZ)
	2	Cukier
	3	Jagoda mrożona
25	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi

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

26	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Aronia mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
27	<b>Kopytka 180 g (GLU, JAJ)</b>	
	1	Kopytka(GLU, JAJ)
	2	Olej
	3	Sól
28	<b>Kotlet pożarski z serem 100 g (MLE, JAJ)</b>	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Ser żółty wiórki(MLE)
	4	Natka pietruszki
	5	Jaja(JAJ)
29	<b>Makaron orzo 140 g (GLU)</b>	
	1	Makaron orzo(GLU)
	2	Olej
	3	Sól
30	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
31	Marchewka gotowana mini 120 g	
	1	Marchewka mini
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Cukier
	4	Sól
32	<b>Masło 10 g (MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(MLE)
33	<b>Mini muffiny 2 szt (MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Mini muffiny(MLE, GLU, JAJ)
34	<b>Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (MLE, JAJ, GOR)</b>	
	1	Ogórek kiszony
	2	Koper
	3	Śmietana 18% tł.(MLE)
	4	Majonez(JAJ)
	5	Musztarda(GOR)
35	<b>Mus truskawkowy z jogurtem 200 ml (MLE)</b>	
	1	Jogurt grecki litr 10%tł.(MLE)
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
36	Mus wiśniowy 200 g	
	1	Wiśnia mrożona
37	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
38	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
39	Papryka 30 g	
	1	Papryka
40	<b>Pasta drobiowo warzywna 100 g (SEL)</b>	
	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 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

41	<b>Pasta jajeczna z łososiem 80 g ( JAJ, RYB)</b>	
	1	Łosoś wędzony(RYB)
	2	Majonez(JAJ)
	3	Koper
	4	Jaja(JAJ)
42	<b>Pasta jajeczna z pieczarkami 80 g ( JAJ)</b>	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Majonez(JAJ)
	3	Jaja(JAJ)
	4	Sól
	5	Szczypiorek
43	<b>Paszтетowa drobiowa 30 g ( GLU)</b>	
	1	Paszтетowa drobiowa(GLU)
44	<b>Pieczeń wiedeńska 40 g ( GLU)</b>	
	1	Pieczeń wiedeńska(GLU)
45	<b>Pierogi ruskie II z okrasą 240 g ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Pierogi ruskie(MLE, GLU, JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Słonina
46	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( MLE, GLU)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Płatki jęczmienne(GLU)
47	<b>Polędwica drobiowa 40 g ( GLU)</b>	
	1	Polędwica drobiowa(GLU)
48	<b>Polędwica sopocka 40 g ( GLU)</b>	
	1	Polędwica sopocka(GLU)
49	<b>Polędwica z warzywami JBB 40 g ( GLU)</b>	
	1	Polędwica z warzywami JBB(GLU)
50	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
51	<b>Potrąwka drobiowa w paprykowym trio 110 g ( SEL)</b>	
	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
52	<b>Rosół z makaronem 400 ml ( GLU, SEL)</b>	
	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
53	Rumianek 1 szt	
	1	Rumianek

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

54	Ryż brązowy 140 g	
	1 Ryż brązowy	
	2 Margaryna 80% tł.	
	3 Sól	
55	<b>Ryż brązowy na mleku 350 g (MLE)</b>	
	1 Mleko 3,2% tł.(MLE)	
	2 Ryż brązowy	
56	Salata 10 g	
	1 Salata	
57	Salata lodowa 10 g	
	1 Salata lodowa	
58	<b>Salatka szwabska 100 g (MLE, GLU, JAJ, GOR)</b>	
	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	
59	<b>Schab Benedykta 100 g (GLU)</b>	
	1 Schab Benedykta(GLU)	
60	<b>Schab Maryny 40 g (GLU)</b>	
	1 Schab Maryny Szuster(GLU)	
61	<b>Ser biały 80 g (MLE)</b>	
	1 Twaróg 4% tł.(MLE)	
62	<b>Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)</b>	
	1 Serek homogenizowany szt.(MLE)	
63	<b>Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE)</b>	
	1 Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)	
	2 Koper	
64	<b>Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE)</b>	
	1 Serek wiejski 5% tł.(MLE)	
	2 Koper	
65	<b>Sos cebulowy 60 g (GLU)</b>	
	1 Cebula	
	2 Mąka pszenna(GLU)	
	3 Margaryna 80% tł.	
	4 Sól	
	5 Majeranek	
66	<b>Sos majerankowy 60 g (GLU)</b>	
	1 Mąka pszenna(GLU)	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Ziele angielskie	
	4 Pieprz ziołowy	
	5 Liść laurowy	
	6 Majeranek	
	7 Sól	

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

67	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
68	<b>Sos musztardowy 60 g (GLU, GOR)</b>	
	1	Musztarda(GOR)
	2	Mąka pszenna(GLU)
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
69	<b>Sos pieczeniowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
70	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	Bazyliia
	8	Sól
71	<b>Sos ziółowy 60 g (GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziółowy
	7	Sól
72	<b>Surówka czerwony collesław 100 g (JAJ)</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(JAJ)
	5	Cukier
	6	Sól
73	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól

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

74	Surówka z kapusty kiszzonej b/c 100 g	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Sól
75	<b>Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ( JAJ)</b>	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Marchewka
	5	Jabłka
	6	Majonez(JAJ)
	7	Cukier
	8	Sól
76	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
77	Surówka z papryki z olejem b/cukru 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Sól
78	<b>Surówka z rzepy białej 100 g ( MLE, JAJ)</b>	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%t.(MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
79	<b>Szpinak 120 g (GLU)</b>	
	1	Szpinak mrożony
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Mąka pszenna(GLU)
	4	Sól
80	<b>Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(GLU)
81	<b>Szynka Maryny 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka Maryny Szuster(GLU)
82	<b>Szynka miodowa z Dudy 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka miodowa z Dudy(GLU)
83	<b>Szynka piastowska 40 g (GLU)</b>	
	1	Szynka piastowska(GLU)
84	Szynka pieczona w sosie własnym 100 g	
	1	Szynka b/k
	2	Olej
	3	Sól
	4	Mąka ziemniaczana

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

85	<b>Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa Cedrob drobiowa(GLU)
86	<b>Szynka z kotła Gustavus 40 g ( GLU)</b>	
	1	Szynka z kotła Gustavus(GLU)
87	<b>Szynkowa 30 g ( GLU)</b>	
	1	Szynkowa TransG(GLU)
88	<b>Twarożek bazyliowy 80 g ( MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(MLE)
	3	Bazylia
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
89	<b>Zacierka na mleku 350 ml ( MLE, GLU, JAJ)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(MLE)
	2	Zacierka(GLU, JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
90	<b>Ziemniaki 140 g</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
91	<b>Zraz schabowy z szynką 120 g ( GLU, GOR)</b>	
	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
92	<b>Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 400 ml ( SEL)</b>	
	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: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

93	<b>Zupa minestrone z łazankami 400 ml ( GLU, SEL)</b>	
	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
94	<b>Zupa pieczarkowa 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	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
95	<b>Zupa pomidorowo-dyniowa z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	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
96	<b>Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml ( MLE, SEL)</b>	
	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: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

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