

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 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	<b>Barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( 1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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	
3	<b>Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
4	<b>Bitka wieprzowa w paprykowym trio 70 g ( 1-GLU)</b>	
	1 Schab b/k	
	2 Papryka mrożona	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Olej	
	5 Sól	
5	Brokuły 120 g	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
6	<b>Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)</b>	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)	
7	<b>Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1 Buraki	
	2 Mąka ziemniaczana	
	3 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Cukier	
	6 Sól	
	7 Kwasek cytrynowy	
8	<b>Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
9	Cukier 10 g	
	1 Cukier	
10	Dżem 20 g	
	1 Dżem	
11	<b>Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU)</b>	
	1 Filet z indyka	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Pieprz ziółowy	
	5 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

12	<b>Gołąbek po hiszpańsku 120 g (3-JAJ, 9-SEL)</b>	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Ryż
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Marchewka
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jajka(3-JAJ)
13	<b>Herbata 1 szt</b>	
	1	Herbata ekspresowa
14	<b>Herbata owocowa 1 szt</b>	
	1	Herbata owocowa
15	<b>Jabłko 1 szt</b>	
	1	Jabłka
16	<b>Jarzynka z koperkiem 100 g (9-SEL)</b>	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koper
	4	Sól
17	<b>Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
18	<b>Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
19	<b>Kakao 250 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
20	<b>Kalafior 120 g</b>	
	1	Kalafior
	2	Sól
21	<b>Karkówka pieczona 80 g</b>	
	1	Karkówka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
	5	Majeranek
22	<b>Kasza bulgur 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
23	<b>Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
24	<b>Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
25	<b>Kasza kuskus 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci**

26	<b>Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
27	<b>Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
28	<b>Kefir 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
29	<b>Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Kielbasa szynkowa Extra Duda T(1-GLU)
30	<b>Kisiel z jabłkiem 200 ml (3-JAJ, 11-SEZ)</b>	
	1	Jabłko mrożone
	2	Kisiel(3-JAJ, 11-SEZ)
31	<b>Kisiel z jagodami 200 ml (3-JAJ, 11-SEZ)</b>	
	1	Kisiel(3-JAJ, 11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona
32	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
33	<b>Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Oliwki krojone
	4	Cebula
	5	Sól
	6	Papryka mielona
	7	Kmin rzymski
	8	Imbir mielony
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Natka pietruszki
	11	Czosnek świeży
	12	Jaja(3-JAJ)
34	<b>Kluski śląskie 200 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Kluski śląskie(1-GLU, 3-JAJ)
35	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
36	<b>Kotlet pożarski z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(3-JAJ)
37	<b>Krucze ciastka 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Krucze ciastka(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
38	<b>Makaron pene 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Makaron pene(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
39	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

40	<b>Masło 10 g (7-MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
41	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
42	<b>Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
43	<b>Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
44	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
45	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
46	<b>Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)</b>	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
47	Papryka 30 g	
	1	Papryka
48	<b>Pasta drobiowo warzywna 100 g (9-SEL)</b>	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Olej
	4	Natka pietruszki
	5	Sól
	6	Pieprz cytrynowy
49	<b>Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE)</b>	
	1	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	2	Łosoś wędzony(4-RYB)
	3	Koper
50	<b>Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)</b>	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto bazyliowe(5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)
	3	Olej
	4	Kwasek cytrynowy
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
51	<b>Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</b>	
	1	Płat szynkowy Gustavus(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
52	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
53	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
54	<b>Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
55	<b>Polędwica sopocka 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Polędwica sopocka(1-GLU)
56	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

57	Pomidor 30 g	
	1 Pomidor	
58	Ratatouille 250 g	
	1 Cukinia	
	2 Pomidory pelati	
	3 Papryka mrożona	
	4 Papryka	
	5 Marchewka mini	
	6 Olej	
	7 Cebula	
	8 Sól	
	9 Natka pietruszki	
	10 Tymianek	
	11 Zioła prowansalskie	
	12 Czosnek świeży	
	13 Pieprz czarny mielony	
	14 Papryka mrożona	
59	Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 120 g	
	1 Filet z kurczaka	
	2 Suszone pomidory	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Pieprz ziółowy	
60	<b>Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1 Porcja rosółowa	
	2 Makaron nitki(1-GLU)	
	3 Pietruszka	
	4 Seler(9-SEL)	
	5 Marchewka	
	6 Cebula	
	7 Por	
	8 Łata wołowa	
	9 Natka pietruszki	
	10 Sól	
	11 Przyprawa do mięsa	
	12 Pieprz czarny mielony	
	13 lubczyk	
	14 Cząber	
61	Rzodkiewka 15 g	
	1 Rzodkiewka	
62	Salata 10 g	
	1 Salata	
63	Salata lodowa 10 g	
	1 Salata lodowa	
64	<b>Salata z jogurtem greckim 80 g (7-MLE)</b>	
	1 Salata	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	3 Koper	
	4 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

65	<b>Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 100 g ( 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Brokuły mrożone drobne
	2	Kurczak wędzony
	3	Ser feta(7-MLE)
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	7	Pestki słonecznika
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
66	<b>Schab Benedykta 100 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Schab Benedykta(1-GLU)
67	Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Dynia mrożona
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
68	<b>Ser biały 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
69	<b>Ser żółty 40 g (7-MLE)</b>	
	1	Ser żółty(7-MLE)
70	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 50 g	
	1	Fasola biała
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Śliwki suszone
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Majeranek
	9	Czosnek świeży
71	<b>Sos chrzanowy 60 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Chrzan
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
72	<b>Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( 1-GLU, 7-MLE)</b>	
	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 ziolowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
73	<b>Sos jogurtowo-jagodowy 60 g ( 7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Jagoda mrożona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

74	<b>Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g ( 1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Szpinak rozdrobniony mrożony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Olej
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól
75	<b>Sos majerankowy 60 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziółowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
76	<b>Sos musztardowy 60 g ( 1-GLU, 7-MLE, 10-GOR)</b>	
	1	Musztarda(10-GOR)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Sól
77	<b>Sos paprykowy 60 g</b>	
	1	Papryka mrożona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Liść laurowy
	8	Bazyliia
	9	Sól
	10	Papryka mielona
	11	Czosnek granulowany
78	<b>Sos pieczeniowy 60 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Cebula
	3	Olej
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Sól
79	<b>Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g</b>	
	1	Pomidory pelati
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziółowy
	7	Bazyliia
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci**

80	<b>Sos ziołowy 60 g (1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Ziola prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
81	<b>Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 100 g</b>	
	1	Kapusta biała
	2	Ogórek kiszony
	3	Marchewka
	4	Groszek konserwowy
	5	Cebula
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Koper
	9	Sól
82	<b>Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g (3-JAJ)</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
83	<b>Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g</b>	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Fenkuł włoski
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
	8	Kwasek cytrynowy
84	<b>Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 100 g</b>	
	1	Pomidor
	2	Ogórek zielony
	3	Cebula
	4	Natka pietruszki
85	<b>Surówka z pora (z majonezem) 100 g (3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Por
	2	Marchewka
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Jabłka
	5	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	6	Cukier
	7	Sól
86	<b>Surówka z rzepy białej 100 g (3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

87	Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 50 g	
	1	Pomidor
	2	Salata lodowa
	3	Seler naciowy
	4	Oliwki krojone
	5	Olej
	6	Koper
	7	Cukier
	8	Sól
88	Surówka ze szpinaku, suszonych pomidorów i słonecznika 120 g	
	1	Szpinak baby
	2	Suszone pomidory
	3	Pestki słonecznika
	4	Olej
89	<b>Szpinak 120 g (1-GLU)</b>	
	1	Szpinak liście mrożony
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Sól
90	<b>Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
91	<b>Szynka konserwowa 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
92	<b>Szynka Maryny 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka Maryny Stanisławów(1-GLU)
93	<b>Szynka piastowska 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka piastowska(1-GLU)
94	<b>Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
95	<b>Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
96	<b>Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</b>	
	1	Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
97	<b>Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Twarożek 4% tł.(7-MLE)
	2	Rukola
	3	Koper
	4	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	5	Natka pietruszki
	6	Bazylia
	7	Zioła prowansalskie
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
98	<b>Tyrolska 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Tyrolska(1-GLU)
99	Udziki z kurczaka pieczone 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Olej
	3	Sól
	4	Przyprawa do mięsa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

100	<b>Zacierka na mleku 350 ml ( 1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE )</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól
101	<b>Ziemniaki 140 g</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
102	<b>Zupa cygańska 400 g ( 1-GLU, 9-SEL )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Kielbasa podwawelska(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Papryka mrożona
	5	Pomidory pelati
	6	Cebula
	7	Koncentrat pomidorowy
	8	Olej
	9	Papryka mielona
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Liść laurowy
	12	Sól
	13	Ziele angielskie
103	<b>Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL, 13-ŁUB )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Cukinia
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Kalafior
	6	Brokuły mrożone
	7	Cukinia kostka mrożona
	8	Ćwiartka z kurczaka
	9	Marchewka kostka mrożona
	10	Soczewica(13-ŁUB)
	11	Pomidory pelati
	12	Koper
	13	Sól
	14	Czosnek granulowany
	15	Kukurkuma mielona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

104	<b>Zupa jesienna z warzywami i ziemniakami 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Dynia mrożona
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Papryka mrożona
	6	Szynka b/k
	7	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	8	Seler naciowy
	9	Dynia świeża
	10	Koncentrat pomidorowy
	11	Cebula
	12	Imbir
	13	Natka pietruszki
	14	Imbir mielony
	15	Sól
	16	Oregano
	17	Papryka mielona
	18	Czosnek granulowany
105	<b>Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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
106	<b>Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml ( 1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
107	<b>Zupa neapolitanka z makaronem 400 ml ( 1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Ser topiony(7-MLE)
	2	Makaron świderki(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
108	<b>Zupa ryżanka z pomidorami pelati 400 ml ( 9-SEL)</b>	
	1	Pomidory pelati
	2	Ryż
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-01-11 do dnia 2026-01-20 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

109	<b>Zupa z zielonego groszku po florencku 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Włoszczyzna(9-SEL)
	6	Boczek wędzony
	7	Marchew talarki mrożona
	8	Masło roślinne 80% tł.
	9	Natka pietruszki
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Sól
	12	Liść laurowy
	13	lubczyk
	14	Ziele angielskie