

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	<b>Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	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	
2	<b>Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
3	<b>Bitka schabowa lekka 60 g (1-GLU)</b>	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Sól	
	5 Przyprawa do mięsa	
4	<b>Brokuły 120 g</b>	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
5	<b>Bukiet warzyw 3-skl. 120 g</b>	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 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-OWŁ, 11-SEZ)</b>	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ)	
9	<b>Cukier 10 g</b>	
	1 Cukier	
10	<b>Fasolka gotowana 100 g</b>	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

11	Filet z kurczaka pieczony 50 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Sól
	3	Olej
	4	Przyprawa do mięsa
12	Herbata 1 szt	
	1	Herbata ekspresowa
13	Herbata owocowa 1 szt	
	1	Herbata owocowa
14	<b>Herbatniki 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
15	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
16	<b>Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
17	<b>Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
18	<b>Kakao 250 g (7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
19	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Olej
	3	Sól
20	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Olej
	3	Sól
21	<b>Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)</b>	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
22	<b>Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
23	<b>Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
24	<b>Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)</b>	
	1	Kisiel(11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona
25	Kiwi 1 szt	
	1	Kiwi
26	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

27	<b>Kurczak po kujawsku 140 g ( 1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR)</b>	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Keczap
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Papryka mielona
	8	Czosnek świeży
	9	Ziola prowansalskie
	10	Przyprawa do kurczaka
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
28	<b>Makaron spaghetti 140 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
29	Mandarynka 2 szt	
	1	Mandarynka
30	Marchewka z groszkiem 120 g	
	1	Marchewka z groszkiem
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
31	<b>Masło 10 g (7-MLE)</b>	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
32	Melon miódowy 150 g	
	1	Melon miódowy
33	Mus truskawkowy 200 g	
	1	Truskawki mrożone
	2	Cukier
34	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
35	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
36	Papryka 30 g	
	1	Papryka
37	<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
38	<b>Pasztet 30 g (1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Pasztet z pieca(1-GLU, 3-JAJ)
39	<b>Pasztetowa drobiowa 30 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Pasztetowa drobiowa(1-GLU)
40	<b>Pieczeń rzymska 100 g ( 1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Łopátka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	3	Olej
	4	Bułka tarta(1-GLU)
	5	Jaja(3-JAJ)
41	<b>Pierogi z serem II 220 g ( 1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>	
	1	Pierogi z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

42	<b>Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( 1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
43	<b>Płatki owsiane na mleku 350 ml ( 1-GLU, 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
44	<b>Polędwica drobiowa 40 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
45	<b>Polędwica sopocka 40 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Polędwica sopocka(1-GLU)
46	Pomarańcza 1 szt	
	1	Pomarańcza szt
47	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
48	<b>Pulpet brokułowy wieprzowy 120 g ( 1-GLU, 3-JAJ)</b>	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Brokuły mrożone drobne
	3	Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU)
	4	Sól
	5	Jaja(3-JAJ)
49	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
50	<b>Ryż brązowy na mleku 350 g ( 7-MLE)</b>	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
51	Sałata 10 g	
	1	Sałata
52	Sałata lodowa 10 g	
	1	Sałata lodowa
53	<b>Sałata z jogurtem naturalnym 80 g ( 7-MLE)</b>	
	1	Sałata
	2	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	3	Koper
	4	Sól
54	<b>Sałatka jarzynowa 100 g ( 3-JAJ, 9-SEL)</b>	
	1	Sałatka jarzynowa(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jaja(3-JAJ)
	6	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

55	Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 150 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pomidor
	3	Papryka
	4	Ogórek zielony
	5	Kasza jaglana
	6	Olej
	7	Oliwki krojone
	8	Cebula
	9	Koper
	10	Ziela prowansalskie
	11	Czosnek granulowany
	12	Sól
56	<b>Schab Benedykta 100 g (1-GLU)</b>	
	1	Schab Benedykta(1-GLU)
57	<b>Schab Maryny 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Schab Maryny Szuster(1-GLU)
58	<b>Ser biały 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% t.(7-MLE)
59	<b>Ser żółty 40 g (7-MLE)</b>	
	1	Ser żółty(7-MLE)
60	<b>Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)</b>	
	1	Serek homogenizowany szt.(7-MLE)
61	<b>Serek wiejski z ricottą 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Serek wiejski 5% t.(7-MLE)
	2	Ser ricotta
	3	Twaróg 4% t.(7-MLE)
62	<b>Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	8	Olej
	9	Ziela prowansalskie
	10	Sól
63	<b>Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Margaryna 80% t.
	5	Liść laurowy
	6	Ziele angielskie
	7	Pieprz ziółowy
	8	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

64	<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
65	<b>Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g ( 7-MLE)</b>	
	1	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
66	<b>Sos majerankowy 60 g ( 1-GLU)</b>	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziolowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
67	<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
68	<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 ziolowy
	7	Bazyliia
	8	Sól
69	<b>Surówka collesław 100 g ( 3-JAJ)</b>	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
70	<b>Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 100 g</b>	
	1	Kapusta czerwona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Pestki słonecznika
	6	Cukier
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

71	<b>Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (3-JAJ)</b>	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Marchewka
	6	Jablka
	7	Cukier
	8	Sól
72	<b>Surówka z marchwi i jabłka 100 g</b>	
	1	Marchewka
	2	Jablka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
73	<b>Surówka z papryki z olejem 80 g</b>	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
74	<b>Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g</b>	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
75	<b>Szynka bankietowa 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
76	<b>Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
77	<b>Szynka od górali 40 g</b>	
	1	Szynka od górali Chabura
78	<b>Szynka od szwagra 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka od szwagra Krakus I(1-GLU)
79	<b>Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
80	<b>Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
81	<b>Szynkowa 30 g (1-GLU)</b>	
	1	Szynkowa MAP Szuster(1-GLU)
82	<b>Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Ser cukierniczy president 11% tł.(7-MLE)
	3	Bazylia
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

83	<b>Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g ( 7-MLE)</b>	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Awokado pulpa
	3	Rzodkiewka
	4	Szczypiorek
84	<b>Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g</b>	
	1	Udziec z indyka b/k
	2	Jabłko
	3	Olej
	4	Majeranek
	5	Sól
85	<b>Winogrona 100 g</b>	
	1	Winogrona
86	<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
87	<b>Ziemniaki 140 g</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Ziemniaki obierane
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Koper
88	<b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Kalafior
	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
89	<b>Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL)</b>	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ryż
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

90	<b>Zupa pieczarkowa z makaronem muszelki 400 ml ( 1-GLU, 7-MLE, 9-SEL )</b>	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron muszelka(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Ziele angielskie
	9	Liść laurowy
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól
91	<b>Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL )</b>	
	1	Ryż
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Masło roślinne 80% tł.
	7	Koper
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
	11	lubczyk
	12	Cząber
92	<b>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( 7-MLE, 9-SEL )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Szpinak rozdrobniony mrożony
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól
93	<b>Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml ( 1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Marchewka kostka mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
94	<b>Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml ( 1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL )</b>	
	1	Ziemniaki
	2	Żurek(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Chrzan
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Majeranek
	10	Kucharek smak natury
	11	Jaja(3-JAJ)
	12	Sól