

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz 200 g	
	1 Arbuz	
2	Banan 1 szt	
	1 Banan	
3	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Buraki	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	6 Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)	
	7 Cukier	
	8 Koper	
	9 Natka pietruszki	
	10 Kucharek smak natury	
	11 Sól	
4	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
5	Brokuły 120 g	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
6	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
7	Budyń 200 ml (1-GLU, 6-SOJ, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Budyń(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02)	
	3 Cukier	
8	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
9	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)	
10	Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL)	
	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	
11	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
12	Cukier 10 g	
	1 Cukier	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

13	Cukinia pieczona z bazylią 130 g	
	1	Cukinia plastry mrożona
	2	Oliwa z oliwek
	3	Bazylia
14	Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Cytryna
	10	Jaja(3-JAJ)
15	Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g	
	1	Dyńa mrożona
	2	Seler mrożony
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Sól
	5	Rozmaryn
	6	Oregano
16	Dżem 20 g	
	1	Dżem
17	Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ)	
	1	Filet z indyka
	2	Olej
	3	Bulka tarta(1-GLU)
	4	Sezam ziarna(11-SEZ)
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jaja(3-JAJ)
18	Gołąbek po hiszpańsku 120 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Łopatką 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	Jaja(3-JAJ)
19	Herbata 1 szt	
	1	Herbata ekspresowa
20	Herbata owocowa 1 szt	
	1	Herbata owocowa

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

21	Hummus z pesto rosso 80 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto rosso(7-MLE, 8-OWL)
	3	Pasta tahini
	4	Cytryna
	5	Curry
	6	Kmin rzymski
	7	Czarnuszka ziarno
	8	Olej sezamowy
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
	11	Pieprz czarny mielony
	12	Pieprz cytrynow
22	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
23	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jajko(3-JAJ)
	3	Koper
24	Jarzyнки po grecku 100 g (9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
25	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)
26	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
27	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
28	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Olej
	3	Sól
29	Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 120 g	
	1	Kapusta biała młoda
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koncentrat pomidorowy
	4	Pomidory pelati
	5	Koper
	6	Sól
	7	Liść laurowy
	8	Ziele angielskie
30	Kartacze z mięsem 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)	
	1	Cebula
	2	Ślonina
	3	Kartacze z mięsem(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ)
	4	Olej
	5	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

31	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
32	Kasza gryczana 140 g	
	1	Kasza gryczana
	2	Olej
	3	Sól
33	Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
34	Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
35	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
36	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
37	Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU)	
	1	Kielbasa szynkowa Extra Duda T(1-GLU)
38	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	
	1	Jabłko mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
39	Kisiel z wiśniami 200 ml (11-SEZ)	
	1	Kisiel(11-SEZ)
	2	Wiśnia mrożona
40	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
41	Kompot rabarbarowy 250 ml	
	1	Rabarbar
	2	Truskawki mrożone
	3	Cukier
42	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 120 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopátka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Sól
	7	Oregano
	8	Ziółta prowansalskie
	9	Majeranek
	10	Jaja(3-JAJ)
	11	Pieprz czarny mielony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

43	Kotlet schabowy (smażony) 70 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)
44	Krucze ciastka 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Krucze ciastka(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
45	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
46	Marchewka gotowana mini 120 g	
	1	Marchewka mini
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Cukier
	4	Sól
47	Marchewka z groszkiem 120 g	
	1	Marchewka z groszkiem
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
48	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
49	Melon Kantalupe 150 g	
	1	Melon Kantalupe
50	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
51	Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB)	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Olej
	3	Koper
	4	Ziola prowansalskie
	5	Sól
52	Mizeria 100 g (7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Koper
	5	Sól
53	Morele 2 szt	
	1	Morele
54	Mus jablkowy 200 g	
	1	Jabłko prażone
55	Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
56	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
57	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
58	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

59	Ogórek małosolny 100 g	
	1 Ogórek małosolny	
60	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Miód	
	3 Musztarda(10-GOR)	
	4 Sól	
61	Papryka 30 g	
	1 Papryka	
62	Pasta drobiowo warzywna 100 g (9-SEL)	
	1 Udziec z kurczaka b/k, b/s	
	2 Włoszczyzna(9-SEL)	
	3 Olej	
	4 Natka pietruszki	
	5 Sól	
	6 Pieprz cytrynowy	
63	Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR)	
	1 Tuńczyk(4-RYB)	
	2 Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)	
	3 Seler konserwowy(9-SEL)	
	4 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	5 Ogórek kiszony	
	6 Majonez(3-JAJ)	
	7 Musztarda(10-GOR)	
	8 Cebula	
	9 Szczypiorek	
	10 Pieprz czarny mielony	
	11 Sól	
64	Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB)	
	1 Ciecierzycza konserwowa	
	2 Pesto bazyliowe(5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ)	
	3 Soczewica(13-LUB)	
	4 Sól	
	5 Pieprz czarny mielony	
	6 Kwasek cytrynowy	
65	Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1 Groszek mrożony	
	2 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	3 Ser żółty wiórki(7-MLE)	
	4 Papryka	
	5 Majonez(3-JAJ)	
	6 Ziarno słonecznika	
	7 Natka pietruszki	
	8 Pieprz czarny mielony	
	9 Sól	
66	Pasztet z pieca 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Pasztet z pieca(1-GLU, 3-JAJ)	
67	Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU)	
	1 Pieczeń wiedeńska(1-GLU)	
68	Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1 Płat szynkowy Gustavus(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
69	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(1-GLU)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

70	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
71	Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU)	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
72	Polędwica sopocka 40 g (1-GLU)	
	1	Polędwica sopocka(1-GLU)
73	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
74	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	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
75	Rumianek 1 szt	
	1	Rumianek
76	Ryż 140 g	
	1	Ryż
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
77	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
78	Salata 10 g	
	1	Salata
79	Salata lodowa 10 g	
	1	Salata lodowa
80	Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Brokuły mrożone drobne
	2	Kurczak wędzony
	3	Ser feta(7-MLE)
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	6	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	7	Pestki słonecznika
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Czosnek granulowany
	10	Sól
81	Schab Benedykta 100 g (1-GLU)	
	1	Schab Benedykta(1-GLU)
82	Seler naciowy słupki 50 g	
	1	Seler naciowy
83	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
84	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

85	Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Seler naciowy
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Cebula
	8	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	9	Olej
	10	Zioła prowansalskie
	11	Sól
86	Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	2	Truskawki mrożone
87	Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Śmietana 36%(7-MLE)
	3	Olej
	4	Koper
	5	Cytryna
	6	Czosnek świeży
	7	Sól
	8	Pieprz cytrynow
88	Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Ziele angielskie
	4	Pieprz ziołowy
	5	Liść laurowy
	6	Majeranek
	7	Sól
89	Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Pieprz czarny mielony
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Sól
90	Sos z pomidorów pelati i bazylii 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
91	Surówka czerwony colleslaw 120 g	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchew żółta
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Jabłko
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

92	Surówka kopenhaska 100 g (7-MLE, 10-GOR)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Marchewka
	3	Ogórek kiszony
	4	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Koper
93	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
94	Surówka z kapusty kiszonej młodej 100 g	
	1	Kapusta kiszona młoda
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
95	Surówka z marchwii z chrzanem 100 g	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
96	Surówka z pomidora z cebulą i śmietaną 100 g (7-MLE)	
	1	Pomidor
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Cebula
	4	Koper
	5	Sól
97	Surówka z sałaty 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
98	Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
99	Szynka konserwowa 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
100	Szynka Maryny 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka Maryny Stanisławów(1-GLU)
101	Szynka od górali 40 g	
	1	Szynka od górali Chabura

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

102	Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
103	Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
104	Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
105	Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	3	Jabłko prażone
	4	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	5	Orzechy włoskie(8-OWL)
	6	Cukier
	7	Cukier waniliowy
	8	Cynamon
106	Twarożek z ziołami 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	4	Rukola
	5	Koper
	6	Natka pietruszki
	7	Bazyli
	8	Zioła prowansalskie
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
107	Tyrolska 40 g (1-GLU)	
	1	Tyrolska(1-GLU)
108	Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 120 g	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Jabłko
	3	Sól
	4	Olej
	5	Przyprawa do mięsa
109	Wafle kukurydżiane 2 szt	
	1	Wafle kukurydżiane
110	Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU)
	3	Cukier
	4	Sól
111	Ziemniaki 140 g	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

112	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Botwina
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Włoszczyzna(9-SEL)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Por
	8	Seler(9-SEL)
	9	Marchewka
	10	Masło roślinne 80% tł.
	11	Cebula
	12	Koper
	13	Natka pietruszki
	14	Mięta
	15	Liść laurowy
	16	Kucharek smak natury
	17	Pieprz czarny mielony
	18	Sól
113	Zupa kartoflanka ślaska 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Marchewka
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Boczek wędzony
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Por
	8	Seler(9-SEL)
	9	Masło roślinne 80% tł.
	10	Natka pietruszki
	11	Koper
	12	lubczyk
	13	Sól
114	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
115	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Makaron łazanki(1-GLU)
	4	Bataty mrożone
	5	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	6	Marchewka kostka mrożona
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Marchewka
	9	Seler(9-SEL)
	10	Natka pietruszki
	11	Czosnek granulowany
	12	Imbir mielony
	13	Koper
	14	Kucharek smak natury
	15	Pieprz czarny mielony
	16	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.07.21 do dnia 2026.07.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

116	Zupa meksykańska z ziemniakami 400 ml (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola czerwona konserwowa
	3	Kukurydza konserwowa
	4	Marchew talarki mrożona
	5	Papryka mrożona
	6	Pieczarki mrożone
	7	Ćwiartka z kurczaka
	8	Włoszczyzna(9-SEL)
	9	Pomidory pelati
	10	Cebula
	11	Koncentrat pomidorowy
	12	Olej
	13	Natka pietruszki
	14	Sól
	15	Czosnek granulowany
	16	Pieprz czarny mielony
	17	Papryka mielona
	18	Czosnek świeży
	19	Papryka wędzona
	20	Kukrkuma mielona
117	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Makaron muszelka(1-GLU)
	2	Ser topiony(7-MLE)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól
118	Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ryż
	3	Marchewka kostka mrożona
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
119	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Szczaw konserwowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Sól
120	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 400 ml (9-SEL, 13-LUB)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Soczewica(13-LUB)
	4	Cebula
	5	Koncentrat pomidorowy
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Masło roślinne 80% tł.
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
	10	Majeranek