

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz	
	1 Arbuz	
2	Banan	
	1 Banan	
3	Barszcz czerwony z ziemniakami (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 (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
5	Brzoskwinia	
	1 Brzoskwinie	
6	Bułka wrocławska (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)	
7	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
8	Cukier	
	1 Cukier	
9	Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) (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)	
10	Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem	
	1 Dyńa mrożona	
	2 Seler mrożony	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Rozmaryn	
	5 Oregano	
	6 Sól	
11	Dżem	
	1 Dżem	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

12	Filet z indyka w sezamie (smażony) (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ)	
	1	Filet z indyka
	2	Olej
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Sezam ziarna(11-SEZ)
	5	Sól
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jaja(3-JAJ)
13	Herbata	
	1	Herbata ekspresowa
14	Herbatniki (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
15	Hummus z pesto rosso (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 cytrynowy
16	Jabłko	
	1	Jabłko
17	Jajko w majonezie z koperkiem (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Koper
18	Jogurt naturalny (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)
19	Jogurt owocowy (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
20	Kakao (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
21	Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami	
	1	Karkówka
	2	Szpinak liście mrożony
	3	Suszone pomidory
	4	Olej
	5	Sól
	6	Przyprawa do mięsa
22	Kasza bulgur (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
23	Kasza jaglana na mleku (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

24	Kasza jęczmienna (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
25	Kasza manna na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
26	Kasza orkiszowa	
	1	Kasza orkiszowa
	2	Olej
	3	Sól
27	Kawa mleczna (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
28	Kefir (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
29	Kielbasa szynkowa (1-GLU)	
	1	Kielbasa szynkowa Extra Duda T(1-GLU)
30	Kisiel z jabłkiem (11-SEZ)	
	1	Jabłko mrożone
	2	Kisiel(11-SEZ)
31	Kisiel z jagodami (11-SEZ)	
	1	Kisiel(11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona
32	Kompot owocowy	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
33	Kotlet mielony wieprzowy (smażony) (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Cebula
	6	Sól
	7	Oregano
	8	Zioła prowansalskie
	9	Majeranek
	10	Jaja(3-JAJ)
	11	Pieprz czarny mielony
34	Kotlet pożarski drobiowy smażony (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Jaja(3-JAJ)

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

35	Łazanki z kapustą i mięsem (1-GLU)	
	1	Kapusta kiszona
	2	Łopatka wieprzowa
	3	Makaron łazanki(1-GLU)
	4	Pieczarki mrożone
	5	Kapusta biała
	6	Boczek wędzony
	7	Cebula
	8	Olej
	9	Sól
	10	Papryka mielona
	11	Pieprz czarny mielony
36	Marchewka z groszkiem	
	1	Marchewka z groszkiem
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
37	Masło (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
38	Melon Kantalupe	
	1	Melon Kantalupe
39	Mini muffiny (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
40	Miruna pieczona z koperkiem (4-RYB)	
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)
	2	Olej
	3	Koper
	4	Zioła prowansalskie
	5	Sól
41	Morele	
	1	Morele
42	Naleśniki z serem II (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
43	Ogórek	
	1	Ogórek zielony
44	Ogórek kiszony	
	1	Ogórek kiszony
45	Ogórek małosolny	
	1	Ogórek małosolny
46	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) (10-GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
47	Papryka	
	1	Papryka

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

48	Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem (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
49	Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-ŁUB)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pesto bazyliowe(5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ)
	3	Soczewica(13-ŁUB)
	4	Sól
	5	Pieprz czarny mielony
	6	Kwasek cytrynowy
50	Płat szynkowy Gustavus (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Płat szynkowy Gustavus(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
51	Płatki jęczmienne na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
52	Płatki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
53	Polędwica drobiowa (1-GLU)	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
54	Polędwica sopocka (1-GLU)	
	1	Polędwica sopocka(1-GLU)
55	Pomidor	
	1	Pomidor
56	Rosół z makaronem (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
57	Ryż	
	1	Ryż
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
58	Rzodkiewka	
	1	Rzodkiewka

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

59	Salata	
	1 Salata	
60	Salata lodowa	
	1 Salata lodowa	
61	Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem (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	
62	Schab Benedykta (1-GLU)	
	1 Schab Benedykta(1-GLU)	
63	Schab pieczony w majeranku	
	1 Schab b/k	
	2 Olej	
	3 Kucharek smak natury	
	4 Majeranek	
64	Seler naciowy słupki	
	1 Seler naciowy	
65	Ser biały (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
66	Ser żółty (7-MLE)	
	1 Ser żółty(7-MLE)	
67	Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką	
	1 Fasola biała	
	2 Jabłko	
	3 Cebula	
	4 Olej	
	5 Śliwki suszone	
	6 Sól	
	7 Pieprz czarny mielony	
	8 Majeranek	
	9 Czosnek świeży	
68	Sos jogurtowo-truskawkowy (7-MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)	
	2 Truskawki mrożone	
69	Sos koperkowo-cytrynowy jasny (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 cytrynowy	
70	Sos musztardowy (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR)	
	1 Musztarda(10-GOR)	
	2 Mąka pszenna(1-GLU)	
	3 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	4 Masło roślinne 80% tł.	
	5 Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

71	Sos paprykowy	
	1	Papryka mrożona
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Koncentrat pomidorowy
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Liść laurowy
	8	Bazylia
	9	Sól
	10	Papryka mielona
	11	Czosnek granulowany
72	Sos pieczeniowy diet. (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Pieprz czarny mielony
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Sól
73	Surówka czerwony collesław	
	1	Kapusta czerwona
	2	Marchew żółta
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Jabłka
	6	Olej
	7	Cukier
	8	Sól
74	Surówka kopenhaska (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
75	Surówka wielowarzywna	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
76	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka (9-SEL)	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
	8	Kwasek cytrynowy

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

77	Surówka z kapusty kiszanej	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
78	Surówka z marchwi i jabłka	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
79	Surówka z ogórka kiszonego z jabłkiem	
	1	Ogórek kiszony
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Natka pietruszki
	6	Cukier
80	Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki	
	1	Pomidor
	2	Ogórek zielony
	3	Cebula
	4	Natka pietruszki
81	Szynka biała z indyka Łukosz (1-GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
82	Szynka konserwowa (1-GLU)	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
83	Szynka Maryny (1-GLU)	
	1	Szynka Maryny Stanisławów(1-GLU)
84	Szynka tostowa drobiowa Drobimex (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
85	Szynka z kotła Gustavus (1-GLU)	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
86	Szynka zielonogórska (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
87	Szynkowa extra (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)	
	1	Szynkowa extra Szuster(1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)
88	Śliwki	
	1	Śliwki
89	Twarożek z jabłkiem i orzechami (7-MLE, 8-OWL)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Twaróg do wypieków Piątница(7-MLE)
	3	Jabłko prażone
	4	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	5	Orzechy włoskie(8-OWL)
	6	Cukier
	7	Cukier waniliowy
	8	Cynamon

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

90	Twarożek z ziołami (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	Bazylia
	8	Zioła prowansalskie
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
91	Tyrolska (1-GLU)	
	1	Tyrolska(1-GLU)
92	Udziec z kurczaka pieczony z/k	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Olej
	3	Przyprawa do kurczaka
	4	Sól
93	Wafle kukurydziane	
	1	Wafle kukurydziane
94	Wafle ryżowe	
	1	Wafle ryżowe
95	Zacierka na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU)
	3	Cukier
	4	Sól
96	Ziemniaki	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
97	Zupa fasolowa z ziemniakami (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasola biała
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

98	Zupa grochowa z ziemniakami (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groch
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Kielbasa podwawelska wyborowa swojski stragan(1-GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cebula
	7	Boczek wędzony
	8	Majeranek
	9	Kucharek smak natury
	10	Natka pietruszki
	11	Sól
99	Zupa kartoflanka śląska (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
100	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Natka pietruszki
	6	Sól
101	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki (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
102	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Pieczarki mrożone
	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

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.08.21 do dnia 2026.08.31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

103	Zupa pomidorowa z makaronem (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Makaron świderki(1-GLU)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Cukier
	7	Koper
	8	Kucharek smak natury
	9	Natka pietruszki
	10	Sól
	11	Cząber
	12	lubczyk
104	Zupa szczawiowa z ziemniakami (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
105	Zupa szpinakowa z ryżem (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Szpinak rozdrobniony mrożony
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Ryż
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Kucharek smak natury
	7	Natka pietruszki
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól