

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz	
	1 Arbuz	
2	Biszkopty (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
3	Brzoskwinia	
	1 Brzoskwinie	
4	Bułka wrocławska (1-GLU)	
	1 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)	
5	Carpaccio z buraczków (8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Buraki	
	2 Miód	
	3 Orzechy włoskie(8-OWL)	
	4 Sezam ziarna(11-SEZ)	
	5 Ocet winny	
	6 Ocet balsamiczny	
	7 Sól	
6	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
7	Cukier	
	1 Cukier	
8	Cukinia pieczona z oliwą z oliwek	
	1 Cukinia plastry mrożona	
	2 Oliwa z oliwek	
	3 Sól	
9	Dorsz pieczony z koperkiem (4-RYB)	
	1 Dorsz(4-RYB)	
	2 Olej	
	3 Koper	
	4 Zioła prowansalskie	
	5 Sól	
10	Eskalopki z indyka (1-GLU)	
	1 Filet z indyka	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Pieprz ziołowy	
	5 Sól	
11	Fasolka gotowana	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	
12	Gruszka	
	1 Gruszka	
13	Herbata	
	1 Herbata ekspresowa	
14	Herbata owocowa	
	1 Herbata owocowa	
15	Jabłko	
	1 Jabłka	
16	Jogurt naturalny (7-MLE)	
	1 Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

17	Jogurt owocowy (wersja dla diety Piaseczno Podstawowa Dzieci) (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
18	Kakao (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
19	Kasza gryczana biała	
	1	Kasza gryczana biała
	2	Olej
	3	Sól
20	Kasza jaglana na mleku (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
21	Kasza jęczmienna (1-GLU)	
	1	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
22	Kasza kuskus (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
23	Kasza manna na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
24	Kawa mleczna (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
25	Kefir (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
26	Kisiel z jagodami (11-SEZ)	
	1	Kisiel(11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona
27	Kompot owocowy	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
28	Kotlet schabowy (smażony) (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Schab b/k
	2	Bulka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Mąka pszenna(1-GLU)
	5	Sól
	6	Jaja(3-JAJ)

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

29	Leczo z ciecierzycą	
	1 Ciecierzycza konserwowa	
	2 Cukinia plastry mrożona	
	3 Pomidory pelati	
	4 Papryka mrożona	
	5 Cebula	
	6 Pieczarki mrożone	
	7 Koncentrat pomidorowy	
	8 Olej	
	9 Pieprz czarny mielony	
	10 Sól	
	11 Papryka mielona	
30	Makaron spaghetti (1-GLU)	
	1 Makaron spaghetti(1-GLU)	
	2 Olej	
	3 Sól	
31	Masło (7-MLE)	
	1 Masło 83% tł.(7-MLE)	
32	Mizeria (7-MLE)	
	1 Ogórek zielony	
	2 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	3 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	4 Koper	
	5 Sól	
33	Morele	
	1 Morele	
34	Mus bananowo-jabłkowy	
	1 Banan	
	2 Jabłko prażone	
35	Mus jabłkowy	
	1 Jabłko prażone	
36	Mus truskawkowy	
	1 Truskawki mrożone	
	2 Cukier	
37	Nektarynka	
	1 Nektarynka	
38	Ogórek	
	1 Ogórek zielony	
39	Ogórek kiszony	
	1 Ogórek kiszony	
40	Pałki z kurczaka pieczone	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Olej	
	3 Sól	
41	Papryka	
	1 Papryka	
42	Pasta twarogowa z warzywami (7-MLE, 9-SEL)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
	2 Włoszczyzna(9-SEL)	
	3 Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)	
	4 Pomidor	
	5 Natka pietruszki	
	6 Sól	
	7 Pieprz cytrynow	
	8 Koper	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

43	Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem (4-RYB, 7-MLE)	
	1	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	2	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	3	Łosoś wędzony(4-RYB)
	4	Koper
	5	Sól
	6	Pieprz cytrynowy
44	Pasta z makreli (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Makrela w sosie pomidorowym
	3	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Jaja(3-JAJ)
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
45	Paszтетowa drobiowa (1-GLU)	
	1	Paszтетowa drobiowa(1-GLU)
46	Płatki jęczmienne na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
47	Płatki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
48	Polędwica drobiowa (1-GLU)	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
49	Polędwica sopocka (1-GLU)	
	1	Polędwica sopocka(1-GLU)
50	Pomarańcza	
	1	Pomarańcza szt
51	Pomidor	
	1	Pomidor
52	Pulpet drobiowy z soczewicą (1-GLU, 3-JAJ, 13-ŁUB)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Soczewica(13-ŁUB)
	3	Bułka tarta(1-GLU)
	4	Sól
	5	Papryka wędzona
	6	Pieprz czarny mielony
	7	Jaja(3-JAJ)
53	Ratatouille	
	1	Papryka mrożona
	2	Pomidory pelati
	3	Cukinia plastry mrożona
	4	Cukinia świeża
	5	Marchewka mini
	6	Papryka
	7	Olej
	8	Cebula
	9	Sól
	10	Natka pietruszki
	11	Tymianek
	12	Zioła prowansalskie
	13	Czosnek świeży
	14	Pieprz czarny mielony
	15	Papryka mrożona

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

54	Rolada z kurczakiem Duda (1-GLU)	
	1 Rolada z kurczakiem Duda(1-GLU)	
55	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	
56	Ryż	
	1 Ryż	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	
57	Salata	
	1 Salata	
58	Salata lodowa	
	1 Salata lodowa	
59	Salatka szwabska (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1 Kielbasa szynkowa wędzona Gustavus(1-GLU)	
	2 Ziemniaki	
	3 Ogórek kiszony	
	4 Majonez(3-JAJ)	
	5 Cebula czerwona	
	6 Musztarda(10-GOR)	
	7 Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)	
	8 Szczypiorek	
	9 Sól	
	10 Pieprz czarny mielony	
60	Schab Benedykta (1-GLU)	
	1 Schab Benedykta(1-GLU)	
61	Schab Maryny (1-GLU)	
	1 Schab Maryny Szuster(1-GLU)	
62	Seler gotowany z cukinią i koperkiem	
	1 Seler mrożony	
	2 Cukinia kostka mrożona	
	3 Koper	
	4 Sól	
63	Seler naciowy słupki	
	1 Seler naciowy	
64	Ser biały (7-MLE)	
	1 Twaróg 4% tł.(7-MLE)	
65	Ser żółty (7-MLE)	
	1 Ser żółty(7-MLE)	
66	Sok owocowy bez cukru	
	1 Sok jabłkowy bez cukru	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

67	Sos bazyliowy (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Bazylia
	4	Natka pietruszki
	5	Sól
	6	Kucharek smak natury
	7	lubczyk
	8	Pieprz cytrynowy
68	Sos boloński wieprzowy (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
69	Sos chrzanowy (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Chrzan
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól
70	Sos koperkowy (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koper
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziołowy
	7	Sól
71	Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy (1-GLU, 7-MLE)	
	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 ziołowy
	8	Sól
72	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 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

73	Stripsy z kurczaka w sezamie (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 11-SEZ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Sezam ziarna(11-SEZ)
	5	Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE)
	6	Bułka tarta(1-GLU)
	7	Sól
	8	Jaja(3-JAJ)
	9	Papryka mielona
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Czosnek świeży
	12	Ser żółty wiórki(7-MLE)
74	Surówka z kapusty kiszzonej	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłko
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
75	Surówka z kapusty pekińskiej (3-JAJ)	
	1	Kapusta pekińska
	2	Papryka
	3	Ogórek zielony
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Marchewka
	6	Jabłko
	7	Cukier
	8	Sól
76	Surówka z marchwii z chrzanem	
	1	Marchewka
	2	Jabłko
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
77	Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki	
	1	Ogórek kiszony
	2	Marchewka
	3	Groszek mrożony
	4	Cebula
	5	Olej
	6	Koper
	7	Cukier
78	Szynka biała z indyka Łukosz (1-GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
79	Szynka konserwowa (1-GLU)	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
80	Szynka od górali	
	1	Szynka od górali Chabura

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

81	Szynka pieczona z jabłkami	
	1	Szynka b/k
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Przyprawa do mięsa
	6	Majeranek
82	Szynka tostowa drobiowa Drobimex (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(1-GLU)
83	Szynka z kotła Gustavus (1-GLU)	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
84	Szynka zielonogórska (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
85	Śliwki	
	1	Śliwki
86	Twarożek bazyliowy (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	3	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	4	Bazylia
	5	Bazylia suszona
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
87	Twarożek z awokado i rzodkiewką (7-MLE)	
	1	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	2	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	3	Awokado kostka mrożone
	4	Rzodkiewka
	5	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	6	Szczypiorek
	7	Natka pietruszki
	8	Sól
	9	Pieprz czarny mielony
88	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Rzodkiewka
	4	Twaróg do wypieków Piątnica(7-MLE)
	5	Szczypiorek
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
89	Wafle kukurydziane	
	1	Wafle kukurydziane
90	Winogrona	
	1	Winogrona
91	Ziemniaki	
	1	Ziemniaki obierane
	2	Ziemniaki
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Koper
	5	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

92	Zraz po staropolsku (1-GLU, 10-GOR)	
	1	Schab b/k
	2	Szynka konserwowa(1-GLU)
	3	Cebula
	4	Ogórek kiszony
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Majeranek
	8	Sól
	9	Olej
93	Zupa dyniowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Imbir mielony
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Cukier
	10	Sól
	11	Czosnek granulowany
94	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Brukselka
	4	Kalafior mrożony drobny
	5	Brokuły mrożone drobne
	6	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	7	Marchewka
	8	Ćwiartka z kurczaka
	9	Pietruszka
	10	Marchewka kostka mrożona
	11	Seler(9-SEL)
	12	Natka pietruszki
	13	Liść laurowy
	14	Ziele angielskie
	15	Sól
95	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Kalafior
	3	Makaron orzo(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

96	Zupa kapuśniak z ziemniakami (9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Kapusta kiszona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Ćwiartka z kurczaka
	5	Boczek wędzony
	6	Cebula
	7	Natka pietruszki
	8	Olej
	9	Sól
97	Zupa ogórkowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Ogórek kiszony
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Sól
98	Zupa porowo-serowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Por
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ser topiony(7-MLE)
	6	Ćwiartka z kurczaka
	7	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	8	Natka pietruszki
	9	Kucharek smak natury
	10	Sól
99	Zupa z cukinii z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Marchewka kostka mrożona
	7	Kucharek smak natury
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
100	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Makaron muszelka(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026.09.01 do dnia 2026.09.10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

101	Żurek z ziemniakami (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	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	Sól