

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 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                                                              | Bitka z kurczaka (1-GLU)                                  |           |
|                                                                | 1 Filet z kurczaka                                        |           |
|                                                                | 2 Olej                                                    |           |
|                                                                | 3 Mąka pszenna(1-GLU)                                     |           |
|                                                                | 4 Pieprz ziółowy                                          |           |
|                                                                | 5 Sól                                                     |           |
| 4                                                              | Bułka wrocławska (1-GLU)                                  |           |
|                                                                | 1 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)                     |           |
| 5                                                              | Buraczki (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                                        |           |
| 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                                                              | Dżem                                                      |           |
|                                                                | 1 Dżem                                                    |           |
| 10                                                             | 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)                                             |           |
| 11                                                             | Gruszka                                                   |           |
|                                                                | 1 Gruszka                                                 |           |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci**

|    |                                                                              |                                 |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 12 | <b>Gulasz wieprzowy z szynki (1-GLU, 9-SEL)</b>                              |                                 |
|    | 1                                                                            | Szynka b/k                      |
|    | 2                                                                            | Pieczarki mrożone               |
|    | 3                                                                            | Papryka mrożona                 |
|    | 4                                                                            | Włoszczyzna(9-SEL)              |
|    | 5                                                                            | Mąka pszenna(1-GLU)             |
|    | 6                                                                            | Cebula                          |
|    | 7                                                                            | Olej                            |
|    | 8                                                                            | Sól                             |
|    | 9                                                                            | Pieprz ziółowy                  |
|    | 10                                                                           | Przyprawa do mięsa              |
| 13 | <b>Herbata</b>                                                               |                                 |
|    | 1                                                                            | Herbata ekspresowa              |
| 14 | <b>Herbatniki (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>                                      |                                 |
|    | 1                                                                            | Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) |
| 15 | <b>Hummus z pesto rosso (7-MLE, 8-OWL)</b>                                   |                                 |
|    | 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 | <b>Jabłko</b>                                                                |                                 |
|    | 1                                                                            | Jabłko                          |
| 17 | <b>Jogurt naturalny (7-MLE)</b>                                              |                                 |
|    | 1                                                                            | Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE) |
| 18 | <b>Jogurt owocowy (7-MLE)</b>                                                |                                 |
|    | 1                                                                            | Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)  |
| 19 | <b>Jogurt owocowy (wersja dla diety Piaseczno Podstawowa Dzieci) (7-MLE)</b> |                                 |
|    | 1                                                                            | Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)  |
| 20 | <b>Kakao (7-MLE)</b>                                                         |                                 |
|    | 1                                                                            | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)           |
|    | 2                                                                            | Cukier                          |
|    | 3                                                                            | Kakao                           |
| 21 | <b>Kasza bulgur (1-GLU)</b>                                                  |                                 |
|    | 1                                                                            | Kasza bulgur(1-GLU)             |
|    | 2                                                                            | Olej                            |
|    | 3                                                                            | Sól                             |
| 22 | <b>Kasza jaglana na mleku (7-MLE)</b>                                        |                                 |
|    | 1                                                                            | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)           |
|    | 2                                                                            | Kasza jaglana                   |
| 23 | <b>Kasza jęczmienna (1-GLU)</b>                                              |                                 |
|    | 1                                                                            | Kasza jęczmienna(1-GLU)         |
|    | 2                                                                            | Masło roślinne 80% tł.          |
|    | 3                                                                            | Sól                             |
| 24 | <b>Kasza manna na mleku (1-GLU, 7-MLE)</b>                                   |                                 |
|    | 1                                                                            | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)           |
|    | 2                                                                            | Kasza manna(1-GLU)              |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

|    |                                                                                |                                       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 25 | <b>Kawa mleczna (1-GLU, 7-MLE)</b>                                             |                                       |
|    | 1                                                                              | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)                 |
|    | 2                                                                              | Cukier                                |
|    | 3                                                                              | Kawa inka(1-GLU)                      |
| 26 | <b>Kefir (7-MLE)</b>                                                           |                                       |
|    | 1                                                                              | Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)              |
| 27 | <b>Kielbasa szynkowa (1-GLU)</b>                                               |                                       |
|    | 1                                                                              | Kielbasa szynkowa Extra Duda T(1-GLU) |
| 28 | <b>Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca (1-GLU)</b> |                                       |
|    | 1                                                                              | Filet z kurczaka                      |
|    | 2                                                                              | Szpinak liście mrożony                |
|    | 3                                                                              | Suszone pomidory                      |
|    | 4                                                                              | Olej                                  |
|    | 5                                                                              | Mąka pszenna(1-GLU)                   |
|    | 6                                                                              | Czosnek świeży                        |
|    | 7                                                                              | Sól                                   |
| 29 | <b>Kisiel z jabłkiem (11-SEZ)</b>                                              |                                       |
|    | 1                                                                              | Jabłko mrożone                        |
|    | 2                                                                              | Kisiel(11-SEZ)                        |
| 30 | <b>Kompot owocowy</b>                                                          |                                       |
|    | 1                                                                              | Mieszanka kompotowa                   |
|    | 2                                                                              | Cukier                                |
|    | 3                                                                              | Czarna porzeczka mrożona              |
|    | 4                                                                              | Czerwona porzeczka mrożona            |
| 31 | <b>Kotlet mielony wieprzowy (smażony) (1-GLU, 3-JAJ)</b>                       |                                       |
|    | 1                                                                              | Łopatka wieprzowa                     |
|    | 2                                                                              | Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)   |
|    | 3                                                                              | Bułka tarta(1-GLU)                    |
|    | 4                                                                              | Olej                                  |
|    | 5                                                                              | Cebula                                |
|    | 6                                                                              | Sól                                   |
|    | 7                                                                              | Oregano                               |
|    | 8                                                                              | Ziola prowansalskie                   |
|    | 9                                                                              | Majeranek                             |
|    | 10                                                                             | Jaja(3-JAJ)                           |
|    | 11                                                                             | Pieprz czarny mielony                 |
| 32 | <b>Kotlet z soczewicy czerwonej (1-GLU, 3-JAJ, 13-ŁUB)</b>                     |                                       |
|    | 1                                                                              | Soczewica(13-ŁUB)                     |
|    | 2                                                                              | Ciecierzycy konserwowa                |
|    | 3                                                                              | Marchewka kostka mrożona              |
|    | 4                                                                              | Olej                                  |
|    | 5                                                                              | Kasza manna(1-GLU)                    |
|    | 6                                                                              | Cebula                                |
|    | 7                                                                              | Mąka ziemniaczana                     |
|    | 8                                                                              | Natka pietruszki                      |
|    | 9                                                                              | Natka pietruszki                      |
|    | 10                                                                             | Jaja(3-JAJ)                           |
|    | 11                                                                             | Pieprz czarny mielony                 |
|    | 12                                                                             | Czosnek granulowany                   |
|    | 13                                                                             | Sól                                   |
| 33 | <b>Makaron kokardki (1-GLU)</b>                                                |                                       |
|    | 1                                                                              | Makaron kokardki(1-GLU)               |
|    | 2                                                                              | Olej                                  |
|    | 3                                                                              | Sól                                   |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno**  
**Podstawowa Dzieci**

|    |                                                                                                  |                                              |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 34 | <b>Masło (7-MLE)</b>                                                                             |                                              |
|    | 1                                                                                                | Masło 83% tł.(7-MLE)                         |
| 35 | Melon Kantalupe                                                                                  |                                              |
|    | 1                                                                                                | Melon Kantalupe                              |
| 36 | <b>Mini muffiny (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>                                                        |                                              |
|    | 1                                                                                                | Mini muffiny(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)            |
| 37 | <b>Miruna pieczona z koperkiem (4-RYB)</b>                                                       |                                              |
|    | 1                                                                                                | Miruna Nowozel. Unifrezze(4-RYB)             |
|    | 2                                                                                                | Olej                                         |
|    | 3                                                                                                | Koper                                        |
|    | 4                                                                                                | Ziola prowansalskie                          |
|    | 5                                                                                                | Sól                                          |
| 38 | Mus jabłkowy                                                                                     |                                              |
|    | 1                                                                                                | Jabłko prażone                               |
| 39 | <b>Naleśniki z serem II (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)</b>                                                |                                              |
|    | 1                                                                                                | Naleśniki z serem(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)       |
| 40 | Ogórek                                                                                           |                                              |
|    | 1                                                                                                | Ogórek zielony                               |
| 41 | Ogórek kiszony                                                                                   |                                              |
|    | 1                                                                                                | Ogórek kiszony                               |
| 42 | Papryka                                                                                          |                                              |
|    | 1                                                                                                | Papryka                                      |
| 43 | <b>Pasta twarogowa z warzywami (7-MLE, 9-SEL)</b>                                                |                                              |
|    | 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                                        |
| 44 | <b>Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR)</b> |                                              |
|    | 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                                          |
| 45 | <b>Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-ŁUB)</b>              |                                              |
|    | 1                                                                                                | Ciecierzycy 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                             |

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

|    |                                                               |                                                     |
|----|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 46 | 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                                                 |
| 47 | Płat szynkowy Gustavus (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)          |                                                     |
|    | 1                                                             | Płat szynkowy Gustavus(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) |
| 48 | Płatki jęczmienne na mleku (1-GLU, 7-MLE)                     |                                                     |
|    | 1                                                             | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)                               |
|    | 2                                                             | Płatki jęczmienne(1-GLU)                            |
| 49 | Płatki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE)                        |                                                     |
|    | 1                                                             | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)                               |
|    | 2                                                             | Płatki owsiane(1-GLU)                               |
| 50 | Polędwica drobiowa (1-GLU)                                    |                                                     |
|    | 1                                                             | Polędwica drobiowa(1-GLU)                           |
| 51 | Polędwica sopocka (1-GLU)                                     |                                                     |
|    | 1                                                             | Polędwica sopocka(1-GLU)                            |
| 52 | Pomarańcza                                                    |                                                     |
|    | 1                                                             | Pomarańcza szt                                      |
| 53 | Pomidor                                                       |                                                     |
|    | 1                                                             | Pomidor                                             |
| 54 | Rolada schabowa ze sliwką                                     |                                                     |
|    | 1                                                             | Schab b/k                                           |
|    | 2                                                             | Śliwki suszone                                      |
|    | 3                                                             | Olej                                                |
|    | 4                                                             | Majeranek                                           |
|    | 5                                                             | Sól                                                 |
| 55 | Rolada z kurczakiem Duda (1-GLU)                              |                                                     |
|    | 1                                                             | Rolada z kurczakiem Duda(1-GLU)                     |
| 56 | Ryż                                                           |                                                     |
|    | 1                                                             | Ryż                                                 |
|    | 2                                                             | Masło roślinne 80% tł.                              |
|    | 3                                                             | Sól                                                 |
| 57 | Rzodkiewka                                                    |                                                     |
|    | 1                                                             | Rzodkiewka                                          |
| 58 | Sałata                                                        |                                                     |
|    | 1                                                             | Sałata                                              |
| 59 | Sałata lodowa                                                 |                                                     |
|    | 1                                                             | Sałata lodowa                                       |
| 60 | Sałatka 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                                                 |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

|    |                                                     |                               |
|----|-----------------------------------------------------|-------------------------------|
| 61 | <b>Schab Benedykta (1-GLU)</b>                      |                               |
|    | 1                                                   | Schab Benedykta(1-GLU)        |
| 62 | Seler naciowy słupki                                |                               |
|    | 1                                                   | Seler naciowy                 |
| 63 | <b>Ser biały (7-MLE)</b>                            |                               |
|    | 1                                                   | Twaróg 4% tł.(7-MLE)          |
| 64 | <b>Ser żółty (7-MLE)</b>                            |                               |
|    | 1                                                   | Ser żółty(7-MLE)              |
| 65 | 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                |
| 66 | <b>Sos chrzanowy (1-GLU)</b>                        |                               |
|    | 1                                                   | Mąka pszenna(1-GLU)           |
|    | 2                                                   | Chrzan                        |
|    | 3                                                   | Masło roślinne 80% tł.        |
|    | 4                                                   | Koper                         |
|    | 5                                                   | Sól                           |
| 67 | <b>Sos jogurtowo-truskawkowy (7-MLE)</b>            |                               |
|    | 1                                                   | Jogurt naturalny 2% kg(7-MLE) |
|    | 2                                                   | Truskawki mrożone             |
| 68 | <b>Sos koperkowo-cytrynowy jasny (1-GLU, 7-MLE)</b> |                               |
|    | 1                                                   | Mąka pszenna(1-GLU)           |
|    | 2                                                   | Śmietana 36%(7-MLE)           |
|    | 3                                                   | Olej                          |
|    | 4                                                   | Koper                         |
|    | 5                                                   | Cytryna                       |
|    | 6                                                   | Czosnek świeży                |
|    | 7                                                   | Sól                           |
|    | 8                                                   | Pieprz cytrynowy              |
| 69 | <b>Sos koperkowy (1-GLU)</b>                        |                               |
|    | 1                                                   | Mąka pszenna(1-GLU)           |
|    | 2                                                   | Masło roślinne 80% tł.        |
|    | 3                                                   | Koper                         |
|    | 4                                                   | Liść laurowy                  |
|    | 5                                                   | Ziele angielskie              |
|    | 6                                                   | Pieprz ziółowy                |
|    | 7                                                   | Sól                           |
| 70 | Sos paprykowy                                       |                               |
|    | 1                                                   | Papryka mrożona               |
|    | 2                                                   | Jabłko                        |
|    | 3                                                   | Cebula                        |
|    | 4                                                   | Koncentrat pomidorowy         |
|    | 5                                                   | Olej                          |
|    | 6                                                   | Cukier                        |
|    | 7                                                   | Liść laurowy                  |
|    | 8                                                   | Bazylia                       |
|    | 9                                                   | Sól                           |
|    | 10                                                  | Papryka mielona               |
|    | 11                                                  | Czosnek granulowany           |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno**  
**Podstawowa Dzieci**

|    |                                                           |                               |
|----|-----------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 71 | <b>Sos pieczeniowy diet. (1-GLU)</b>                      |                               |
|    | 1                                                         | Mąka pszenna(1-GLU)           |
|    | 2                                                         | Olej                          |
|    | 3                                                         | Pieprz czarny mielony         |
|    | 4                                                         | Ziele angielskie              |
|    | 5                                                         | Liść laurowy                  |
|    | 6                                                         | Sól                           |
| 72 | <b>Sos z pomidorów pelati i bazylii</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                           |
| 73 | <b>Surówka czerwony collesław</b>                         |                               |
|    | 1                                                         | Kapusta czerwona              |
|    | 2                                                         | Marchew żółta                 |
|    | 3                                                         | Marchewka                     |
|    | 4                                                         | Por                           |
|    | 5                                                         | Jabłka                        |
|    | 6                                                         | Olej                          |
|    | 7                                                         | Cukier                        |
|    | 8                                                         | Sól                           |
| 74 | <b>Surówka kopenhaska (7-MLE, 10-GOR)</b>                 |                               |
|    | 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 | <b>Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka (9-SEL)</b> |                               |
|    | 1                                                         | Marchewka                     |
|    | 2                                                         | Jabłka                        |
|    | 3                                                         | Pietruszka                    |
|    | 4                                                         | Seler(9-SEL)                  |
|    | 5                                                         | Olej                          |
|    | 6                                                         | Cukier                        |
|    | 7                                                         | Sól                           |
|    | 8                                                         | Kwasek cytrynowy              |
| 76 | <b>Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (3-JAJ)</b>    |                               |
|    | 1                                                         | Kapusta czerwona              |
|    | 2                                                         | Jabłka                        |
|    | 3                                                         | Majonez(3-JAJ)                |
|    | 4                                                         | Cebula                        |
|    | 5                                                         | Olej                          |
|    | 6                                                         | Cukier                        |
|    | 7                                                         | Sól                           |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno**  
**Podstawowa Dzieci**

|    |                                                           |                                                 |
|----|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 77 | Surówka z kapusty kiszanej                                |                                                 |
|    | 1                                                         | Kapusta kiszona                                 |
|    | 2                                                         | Marchewka                                       |
|    | 3                                                         | Jabłko                                          |
|    | 4                                                         | Olej                                            |
|    | 5                                                         | Cukier                                          |
|    | 6                                                         | Koper                                           |
|    | 7                                                         | Sól                                             |
| 78 | Surówka z ogórka kiszanego z jabłkiem                     |                                                 |
|    | 1                                                         | Ogórek kiszony                                  |
|    | 2                                                         | Jabłko                                          |
|    | 3                                                         | Cebula                                          |
|    | 4                                                         | Olej                                            |
|    | 5                                                         | Natka pietruszki                                |
|    | 6                                                         | Cukier                                          |
| 79 | Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki                   |                                                 |
|    | 1                                                         | Pomidor                                         |
|    | 2                                                         | Ogórek zielony                                  |
|    | 3                                                         | Cebula                                          |
|    | 4                                                         | Natka pietruszki                                |
| 80 | <b>Szynka biała z indyka Łukosz (1-GLU)</b>               |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)             |
| 81 | <b>Szynka konserwowa (1-GLU)</b>                          |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynka konserwowa(1-GLU)                        |
| 82 | <b>Szynka Maryny (1-GLU)</b>                              |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynka Maryny Stanisławów(1-GLU)                |
| 83 | <b>Szynka tostowa drobiowa Drobimex (1-GLU)</b>           |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynka tostowa z kurcząt<br>Drobimex(1-GLU)     |
| 84 | <b>Szynka z kotła Gustavus (1-GLU)</b>                    |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)                  |
| 85 | <b>Szynka zielonogórska (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</b> |                                                 |
|    | 1                                                         | Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL,<br>10-GOR)   |
| 86 | <b>Szynkowa extra (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR)</b>              |                                                 |
|    | 1                                                         | Szynkowa extra Szuster(1-GLU,<br>6-SOJ, 10-GOR) |
| 87 | Śliwki                                                    |                                                 |
|    | 1                                                         | Śliwki                                          |
| 88 | <b>Twarożek z ziołami (7-MLE)</b>                         |                                                 |
|    | 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                                                         | Bazylija                                        |
|    | 8                                                         | Zioła prowansalskie                             |
|    | 9                                                         | Sól                                             |
|    | 10                                                        | Pieprz czarny mielony                           |
| 89 | <b>Tyrolska (1-GLU)</b>                                   |                                                 |
|    | 1                                                         | Tyrolska(1-GLU)                                 |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno**  
**Podstawowa Dzieci**

|    |                                                      |                                                         |
|----|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 90 | Udziec z kurczaka pieczony z/k                       |                                                         |
|    | 1                                                    | Udziec z kurczaka z/k                                   |
|    | 2                                                    | Olej                                                    |
|    | 3                                                    | Przyprawa do kurczaka                                   |
|    | 4                                                    | Sól                                                     |
| 91 | Wafle ryżowe                                         |                                                         |
|    | 1                                                    | Wafle ryżowe                                            |
| 92 | Winogrona                                            |                                                         |
|    | 1                                                    | Winogrona                                               |
| 93 | <b>Zacierka na mleku (1-GLU, 7-MLE)</b>              |                                                         |
|    | 1                                                    | Mleko 3,2% tł.(7-MLE)                                   |
|    | 2                                                    | Zacierka(1-GLU)                                         |
|    | 3                                                    | Cukier                                                  |
|    | 4                                                    | Sól                                                     |
| 94 | Ziemniaki                                            |                                                         |
|    | 1                                                    | Ziemniaki obierane                                      |
|    | 2                                                    | Ziemniaki                                               |
|    | 3                                                    | Masło roślinne 80% tł.                                  |
|    | 4                                                    | Koper                                                   |
|    | 5                                                    | Sól                                                     |
| 95 | <b>Zupa cygańska z ziemniakami (1-GLU, 9-SEL)</b>    |                                                         |
|    | 1                                                    | Ziemniaki                                               |
|    | 2                                                    | Kielbasa podwawelska wyborowa<br>swojski stragan(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                                        |
| 96 | <b>Zupa dyniowa z zacierką (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b> |                                                         |
|    | 1                                                    | Dynia mrożona                                           |
|    | 2                                                    | Włoszczyzna(9-SEL)                                      |
|    | 3                                                    | Zacierka(1-GLU)                                         |
|    | 4                                                    | Śmietana 18% tł.(7-MLE)                                 |
|    | 5                                                    | Ćwiartka z kurczaka                                     |
|    | 6                                                    | Imbir mielony                                           |
|    | 7                                                    | Kucharek smak natury                                    |
|    | 8                                                    | Natka pietruszki                                        |
|    | 9                                                    | Sól                                                     |
|    | 10                                                   | Czosnek granulowany                                     |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno  
Podstawowa Dzieci**

|     |                                                                               |                            |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 97  | <b>Zupa fasolowa z ziemniakami (9-SEL)</b>                                    |                            |
|     | 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                        |
| 98  | <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)</b>                            |                            |
|     | 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                        |
| 99  | <b>Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)</b> |                            |
|     | 1                                                                             | Ziemniaki                  |
|     | 2                                                                             | Włoszczyzna(9-SEL)         |
|     | 3                                                                             | Dynia mrożona              |
|     | 4                                                                             | Kasza gryczana biała       |
|     | 5                                                                             | Marchewka kostka mrożona   |
|     | 6                                                                             | Papryka mrożona            |
|     | 7                                                                             | Szynka b/k                 |
|     | 8                                                                             | Śmietana 18% tł.(7-MLE)    |
|     | 9                                                                             | Seler naciowy              |
|     | 10                                                                            | Dynia świeża               |
|     | 11                                                                            | Koncentrat pomidorowy      |
|     | 12                                                                            | Cebula                     |
|     | 13                                                                            | Imbir                      |
|     | 14                                                                            | Natka pietruszki           |
|     | 15                                                                            | Imbir mielony              |
|     | 16                                                                            | Kucharek smak natury       |
|     | 17                                                                            | Sól                        |
|     | 18                                                                            | Oregano                    |
|     | 19                                                                            | Papryka mielona            |
|     | 20                                                                            | Czosnek granulowany        |
| 100 | <b>Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami (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                        |

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 dla diety: Piaseczno**  
**Podstawowa Dzieci**

|     |                                                          |                              |
|-----|----------------------------------------------------------|------------------------------|
| 101 | <b>Zupa pieczarkowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)</b>     |                              |
|     | 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                          |
| 102 | <b>Zupa pomidorowa z makaronem (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)</b> |                              |
|     | 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                      |
| 103 | <b>Zupa szczawiowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)</b>      |                              |
|     | 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                          |
| 104 | <b>Zupa szpinakowa z ryżem (7-MLE, 9-SEL)</b>            |                              |
|     | 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                          |