

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)		
Lp	Asortyment	Składniki
1	Banan	
	1 Banan	
2	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	
3	Biskopity (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biskopity(1-GLU, 3-JAJ)	
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	Dorsz w płatkach kukurydzianych (smażony) (3-JAJ, 4-RYB)	
	1 Dorsz(4-RYB)	
	2 Płatki kukurydziane	
	3 Olej	
	4 Sól	
	5 Jaja(3-JAJ)	
9	Eskalopki z indyka (1-GLU)	
	1 Filet z indyka	
	2 Olej	
	3 Mąka pszenna(1-GLU)	
	4 Pieprz ziołowy	
	5 Sól	
10	Fasolka gotowana	
	1 Fasolka szparagowa zielona	
	2 Masło roślinne 80% tł.	
	3 Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

11	Filet z kurczaka w pesto bazyliowym (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1	Filet z kurczaka
	2	Pesto bazyliowe(5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ)
	3	Kucharek smak natury
	4	Majeranek
12	Gruszka	
	1	Gruszka
13	Herbata	
	1	Herbata ekspresowa
14	Herbata owocowa	
	1	Herbata owocowa
15	Herbatniki (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Herbatniki(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
16	Hummus z mango i sezamem (11-SEZ)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Mango mrożone
	3	Pasta tahini
	4	Cytryna
	5	Curry
	6	Kmin rzymski
	7	Sezam ziarna(11-SEZ)
	8	Natka pietruszki
	9	Olej sezamowy
	10	Czosnek granulowany
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
	13	Pieprz cytrynowy
17	Jabłko	
	1	Jabłko
18	Jogurt naturalny (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(7-MLE)
19	Kakao (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
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 manna na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
23	Kawa mleczna (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
24	Kefir (7-MLE)	
	1	Kefir szt. 2% tł.(7-MLE)
25	Kisiel z jagodami (11-SEZ)	
	1	Kisiel(11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

26	Kompot owocowy	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czarna porzeczka mrożona
	4	Czerwona porzeczka mrożona
27	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)
28	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
29	Łopatka z pietruszką (1-GLU)	
	1	Łopatka z pietruszką(1-GLU)
30	Makaron pene (1-GLU)	
	1	Makaron pene(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
31	Makaron spaghetti (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
32	Makaron świderki (1-GLU)	
	1	Makaron świderki(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
33	Masło (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
34	Melon Kantalupe	
	1	Melon Kantalupe
35	Mizeria (7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Koper
	5	Sól
36	Mus bananowo-jabłkowy	
	1	Banan
	2	Jabłko prażone
37	Mus jabłkowo-marchewkowy	
	1	Jabłko prażone
	2	Marchewka kostka mrożona

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

38	Mus truskawkowy	
	1 Truskawki mrożone	
	2 Cukier	
39	Ogórek	
	1 Ogórek zielony	
40	Ogórek kiszony	
	1 Ogórek kiszony	
41	Pałki z kurczaka pieczone	
	1 Pałki z kurczaka	
	2 Olej	
	3 Sól	
42	Papryka	
	1 Papryka	
43	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3-JAJ)	
	1 Majonez(3-JAJ)	
	2 Jaja(3-JAJ)	
	3 Szczypiorek	
44	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 cytrynow	
45	Pasztet z pieca (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Pasztet z pieca(1-GLU, 3-JAJ)	
46	Pasztetowa drobiowa (1-GLU)	
	1 Pasztetowa drobiowa(1-GLU)	
47	Płatki jęczmienne na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Płatki jęczmienne(1-GLU)	
48	Płatki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Płatki owsiane(1-GLU)	
49	Polędwica drobiowa (1-GLU)	
	1 Polędwica drobiowa(1-GLU)	
50	Polędwica sopocka (1-GLU)	
	1 Polędwica sopocka(1-GLU)	
51	Pomarańcza	
	1 Pomarańcza szt	
52	Pomidor	
	1 Pomidor	
53	Pulpet rybny (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)	
	1 Dorsz(4-RYB)	
	2 Bułka tarta(1-GLU)	
	3 Kasza manna(1-GLU)	
	4 Bułka specjalna krojona 320g(1-GLU)	
	5 Olej	
	6 Sól	
	7 Pieprz cytrynow	
	8 Jaja(3-JAJ)	
54	Rolada z kurczakiem Duda (1-GLU)	
	1 Rolada z kurczakiem Duda(1-GLU)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

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	Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Schab b/k
	2	Kapusta kiszona
	3	Pieczarki mrożone
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Boczek wędzony
	7	Majeranek
	8	Mąka pszenna(1-GLU)
	9	Pieprz cytrynowy
	10	Papryka wędzona
	11	Kucharek smak natury
63	Seler gotowany z cukinią i koperkiem	
	1	Seler mrożony
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Koper
	4	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

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	Sok owocowy bez cukru	
	1 Sok jabłkowy bez cukru	
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 koperkowy (1-GLU)	
	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 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 ziółowy	
	8 Sól	
71	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	
72	Sos pomidorowy (1-GLU)	
	1 Koncentrat pomidorowy	
	2 Mąka pszenna(1-GLU)	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Ziele angielskie	
	5 Liść laurowy	
	6 Pieprz ziółowy	
	7 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

73	Surówka collesław (3-JAJ)	
	1	Kapusta biała
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Cukier
	6	Koper
	7	Sól
74	Surówka z kapusty kiszzonej	
	1	Kapusta kiszona
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	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	Jabłka
	7	Cukier
	8	Sól
76	Surówka z marchwi i jabłka	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Olej
	4	Sól
	5	Cukier
	6	Kwasek cytrynowy
77	Surówka z marchwii z chrzanem	
	1	Marchewka
	2	Jabłka
	3	Chrzan
	4	Cukier
	5	Sól
78	Szynka bankietowa (1-GLU)	
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(1-GLU)
79	Szynka biała z indyka Łukosz (1-GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
80	Szynka konserwowa (1-GLU)	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
81	Szynka od górali	
	1	Szynka od górali Chabura
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)

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

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	Zacierka na mleku (1-GLU, 7-MLE)	
	1 Mleko 3,2% tł.(7-MLE)	
	2 Zacierka(1-GLU)	
	3 Cukier	
	4 Sól	
92	Ziemniaki	
	1 Ziemniaki obierane	
	2 Ziemniaki	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Koper	
	5 Sól	
93	Zraz po staropolsku (1-GLU, 10-GOR)	
	1 Schab b/k	
	2 Szyńka konserwowa(1-GLU)	
	3 Cebula	
	4 Ogórek kiszony	
	5 Mąka pszenna(1-GLU)	
	6 Musztarda(10-GOR)	
	7 Majeranek	
	8 Sól	
	9 Olej	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

94	Zupa brukselkowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Brukselka
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Czosnek granulowany
	10	Gałka muskatolowa
	11	Ocet winny
	12	lubczyk
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
96	Zupa kokosowa z ryżem (8-OWL, 9-SEL)	
	1	Dynia mrożona
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Ryż
	4	Marchewka kostka mrożona
	5	Papryka mrożona
	6	Włoszczyzna(9-SEL)
	7	Por
	8	Mleko kokosowe(8-OWL)
	9	Ćwiartka z kurczaka
	10	Kukurydza konserwowa
	11	Pomidory pelati
	12	Natka pietruszki
	13	Imbir mielony
	14	Szczypiorek
	15	Cukier
	16	Sól
	17	Curry
	18	Pieprz czarny mielony
97	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Dynia mrożona
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Kasza jęczmienna(1-GLU)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Sól

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

98	Zupa ogórkowa z ryżem (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Ryż
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Kucharek smak natury
	9	Cukier
	10	Sól
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 zielonego groszku po florencku z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Groszek mrożony
	3	Cebula
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Włoszczyzna(9-SEL)
	6	Boczek wędzony
	7	Marchew talarki mrożona
	8	Masło roślinne 80% tł.
	9	Natka pietruszki
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Sól
	12	Liść laurowy
	13	łubczyk
	14	Ziele angielskie
101	Zupa zalewajka grzybowa z ziemniakami (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Kiełbasa podwawelska wyborowa swojski stragan(1-GLU)
	5	Żurek(1-GLU)
	6	Grzyby mrożone
	7	Chrzan
	8	Boczek wędzony
	9	Kwasek cytrynowy
	10	Majeranek
	11	Kucharek smak natury
	12	Sól