Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu			Składniki Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp		Asortyment	Składniki
1	**Barszcz ukraiński (*1-GLU, 7-MLE, 9-SEL*)**		
	1	Ziemniaki	
	2	Buraki	
	3	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	4	Ćwiartka z kurczaka	
	5	Kapusta biała	
	6	Fasola biała	
	7	Śmietana 18% tł.(***7-MLE***)	
	8	Barszcz czerwony koncentrat(***1-GLU, 9-SEL***)	
	9	Cukier	
	10	Koper	
	11	Natka pietruszki	
	12	Kucharek smak natury	
	13	Sól	
2	**Biszkopty (*1-GLU, 3-JAJ*)**		
	1	Biszkopty(***1-GLU, 3-JAJ***)	
3	**Budyń (*1-GLU, 6-SOJ, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02*)**		
	1	Mleko 3,2% tł.(***7-MLE***)	
	2	Budyń(***1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02***)	
	3	Cukier	
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 cytynowy	
6	**Chleb pszenny (*1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ*)**		
	1	Chleb barowy 600g(***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***)	
7	Cukier		
	1	Cukier	
8	**Eskalopki z indyka (*1-GLU*)**		
	1	Filet z indyka	
	2	Olej	
	3	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	4	Pieprz ziołowy	
	5	Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

9	**Gołąbek po hiszpańsku diet. (*3-JAJ, 9-SEL*)**		
	1	Łopatka wieprzowa	
	2	Pomidory pelati	
	3	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	4	Ryż	
	5	Olej	
	6	Marchewka	
	7	Sól	
	8	Pieprz czarny mielony	
	9	Jaja(***3-JAJ***)	
10	Gruszka		
	1	Gruszka	
11	Herbata		
	1	Herbata expresowa	
12	**Herbatniki (*1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE*)**		
	1	Herbatniki(***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***)	
13	**Hummus z mango i sezamem (*11-SEZ*)**		
	1	Ciecierzyca 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 cytrynow	
14	Jabłko		
	1	Jabłka	
15	**Jogurt naturalny (*7-MLE*)**		
	1	Jogurt naturalny 2% szt.(***7-MLE***)	
16	**Kakao (*7-MLE*)**		
	1	Mleko 3,2% tł.(***7-MLE***)	
	2	Cukier	
	3	Kakao	
17	**Kasza bulgur (*1-GLU*)**		
	1	Kasza bulgur(***1-GLU***)	
	2	Olej	
	3	Sól	
18	Kasza gryczana biała		
	1	Kasza gryczana biała	
	2	Olej	
	3	Sól	
19	**Kasza jaglana na mleku (*7-MLE*)**		
	1	Mleko 3,2% tł.(***7-MLE***)	
	2	Kasza jaglana	
20	**Kasza jęczmienna (*1-GLU*)**		
	1	Kasza jęczmienna(***1-GLU***)	
	2	Masło roślinne 80% tł.	
	3	Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

21	**Kasza kuskus (*1-GLU*)**		
	1	Kasza kuskus(***1-GLU***)	
	2	Olej	
	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	**Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca (*1-GLU*)**		
	1	Filet z kurczaka	
	2	Szpinak liście mrożony	
	3	Suszone pomidory	
	4	Olej	
	5	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	6	Czosnek świeży	
	7	Sól	
26	**Kisiel z wiśniami (*11-SEZ*)**		
	1	Kisiel(***11-SEZ***)	
	2	Wiśnia mrożona	
27	Kiwi		
	1	Kiwi	
28	Kompot owocowy		
	1	Mieszanka kompotowa	
	2	Cukier	
	3	Czarna porzeczka mrożona	
	4	Czerwona porzeczka mrożona	
29	**Kotlet schabowy (smażony) (*1-GLU, 3-JAJ*)**		
	1	Schab b/k	
	2	Bułka tarta(***1-GLU***)	
	3	Olej	
	4	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	5	Sól	
	6	Jaja(***3-JAJ***)	
30	Leczo z ciecierzycą		
	1	Ciecierzyca 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	
31	**Łopatka z pietruszką (*1-GLU*)**		
	1	Łopatka z pietruszką(***1-GLU***)	
32	Mandarynka		
	1	Mandarynka	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

33	Marchewka z groszkiem		
	1	Marchewka z groszkiem	
	2	Masło roślinne 80% tł.	
	3	Sól	
34	**Masło (*7-MLE*)**		
	1	Masło 83% tł.(***7-MLE***)	
35	**Miruna panierowana (smażona) (*1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB*)**		
	1	Miruna Nowozel. Unifrezze(***4-RYB***)	
	2	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	3	Bułka tarta(***1-GLU***)	
	4	Olej	
	5	Sól	
	6	Jaja(***3-JAJ***)	
36	**Mizeria (*7-MLE*)**		
	1	Ogórek zielony	
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(***7-MLE***)	
	3	Śmietana 18% tł.(***7-MLE***)	
	4	Koper	
	5	Sól	
37	Mus bananowo-jabłkowy		
	1	Banan	
	2	Jabłko prażone	
38	Mus jabłkowo-marchewkowy		
	1	Jabłko prażone	
	2	Marchewka kostka mrożona	
39	Mus truskawkowy		
	1	Truskawki mrożone	
	2	Cukier	
40	Ogórek		
	1	Ogórek zielony	
41	Ogórek kiszony		
	1	Ogórek kiszony	
42	Pałki z kurczaka pieczone		
	1	Pałki z kurczaka	
	2	Olej	
	3	Sól	
43	Papryka		
	1	Papryka	
44	**Pasta jajeczna z pieczarkami (*3-JAJ*)**		
	1	Pieczarki mrożone	
	2	Majonez(***3-JAJ***)	
	3	Jaja(***3-JAJ***)	
	4	Sól	
	5	Szczypiorek	
45	**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	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

46	**Pasta z tuńczyka diet. (*4-RYB, 7-MLE*)**		
	1	Twaróg 4% tł.(***7-MLE***)	
	2	Tuńczyk(***4-RYB***)	
	3	Jogurt naturalny 2% kg(***7-MLE***)	
	4	Koper	
	5	Sól	
47	**Pasztet z pieca (*1-GLU, 3-JAJ*)**		
	1	Pasztet z pieca(***1-GLU, 3-JAJ***)	
48	**Pieczeń wiedeńska (*1-GLU*)**		
	1	Pieczeń wiedeńska(***1-GLU***)	
49	**Płat szynkowy Gustavus (*1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR*)**		
	1	Płat szynkowy Gustavus(***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***)	
50	**Płatki jęczmienne na mleku (*1-GLU, 7-MLE*)**		
	1	Mleko 3,2% tł.(***7-MLE***)	
	2	Płatki jęczmienne(***1-GLU***)	
51	**Płatki owsiane na mleku (*1-GLU, 7-MLE*)**		
	1	Mleko 3,2% tł.(***7-MLE***)	
	2	Płatki owsiane(***1-GLU***)	
52	**Polędwica drobiowa (*1-GLU*)**		
	1	Polędwica drobiowa(***1-GLU***)	
53	**Polędwica sopocka (*1-GLU*)**		
	1	Polędwica sopocka(***1-GLU***)	
54	Pomarańcza		
	1	Pomarańcza szt	
55	Pomidor		
	1	Pomidor	
56	**Pulpet brokułowy wieprzowy (*1-GLU, 3-JAJ*)**		
	1	Łopatka wieprzowa	
	2	Brokuły mrożone drobne	
	3	Bułka specjalna krojona 320g(***1-GLU***)	
	4	Sól	
	5	Jaja(***3-JAJ***)	
57	Rolada drobiowa z morelą		
	1	Filet z kurczaka	
	2	Morele suszone	
	3	Olej	
	4	Pieprz ziołowy	
	5	Sól	
58	**Rolada z kurczakiem Duda (*1-GLU*)**		
	1	Rolada z kurczakiem Duda(***1-GLU***)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

59	**Rosół z makaronem (*1-GLU, 9-SEL*)**		
	1	Porcja rosołowa	
	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	
60	Ryż brązowy		
	1	Ryż brązowy	
	2	Margaryna 80% tł.	
	3	Sól	
61	Rzodkiewka		
	1	Rzodkiewka	
62	Sałata		
	1	Sałata	
63	Sałata lodowa		
	1	Sałata lodowa	
64	**Sałatka szwabska (*1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR*)**		
	1	Kiełbasa 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	
65	**Schab Benedykta (*1-GLU*)**		
	1	Schab Benedykta(***1-GLU***)	
66	**Schab Maryny (*1-GLU*)**		
	1	Schab Maryny Szuster(***1-GLU***)	
67	Seler gotowany z cukinią i koperkiem		
	1	Seler mrożony	
	2	Cukinia kostka mrożona	
	3	Koper	
	4	Sól	
68	**Ser biały (*7-MLE*)**		
	1	Twaróg 4% tł.(***7-MLE***)	
69	**Ser żółty (*7-MLE*)**		
	1	Ser żółty(***7-MLE***)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

70	Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl		
	1	Mąka ziemniaczana	
	2	Masło roślinne 80% tł.	
	3	Olej	
	4	Zioła prowansalskie	
	5	Liść laurowy	
	6	Pieprz ziołowy	
	7	Ziele angielskie	
	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 ziołowy	
	7	Sól	
73	Sos z pomidorów pelati i bazylii		
	1	Pomidory pelati	
	2	Koncentrat pomidorowy	
	3	Masło roślinne 80% tł.	
	4	Ziele angielskie	
	5	Liść laurowy	
	6	Pieprz ziołowy	
	7	Bazylia	
	8	Sól	
74	**Sos ziołowy (*1-GLU*)**		
	1	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	2	Olej	
	3	Zioła prowansalskie	
	4	Liść laurowy	
	5	Ziele angielskie	
	6	Pieprz ziołowy	
	7	Sól	
75	Surówka czerwony collesław		
	1	Kapusta czerwona	
	2	Marchew żółta	
	3	Marchewka	
	4	Por	
	5	Jabłka	
	6	Olej	
	7	Cukier	
	8	Sól	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

76	Surówka z jarzyn mieszanych z olejem		
	1	Kapusta biała	
	2	Ogórek kiszony	
	3	Marchewka	
	4	Groszek konserwowy	
	5	Cebula	
	6	Olej	
	7	Cukier	
	8	Koper	
	9	Sól	
77	Surówka z kapusty kiszonej		
	1	Kapusta kiszona	
	2	Marchewka	
	3	Jabłka	
	4	Olej	
	5	Cukier	
	6	Koper	
	7	Sól	
78	**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	
79	Surówka z marchwi i jabłka		
	1	Marchewka	
	2	Jabłka	
	3	Olej	
	4	Sól	
	5	Cukier	
	6	Kwasek cytynowy	
80	**Szpinak (*1-GLU*)**		
	1	Szpinak liście mrożony	
	2	Margaryna 80% tł.	
	3	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	4	Sól	
81	**Szynka bankietowa (*1-GLU*)**		
	1	Szynka bankietowa Animex Mazury(***1-GLU***)	
82	Szynka od górali		
	1	Szynka od górali Chabura	
83	**Szynka piastowska (*1-GLU*)**		
	1	Szynka piastowska(***1-GLU***)	
84	**Szynka tostowa drobiowa Drobimex (*1-GLU*)**		
	1	Szynka tostowa z kurcząt Drobimex(***1-GLU***)	
85	**Szynka z kotła Gustavus (*1-GLU*)**		
	1	Szynka z kotła Gustavus(***1-GLU***)	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

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 grillowanym bakłażanem (*7-MLE*)**		
	1	Twarożek z grillowanym bakłażanem(***7-MLE***)	
88	Udziec z kurczaka pieczony z/k		
	1	Udziec z kurczaka z/k	
	2	Olej	
	3	Przyprawa do kurczaka	
	4	Sól	
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	**Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym (*8-OWŁ, 9-SEL*)**		
	1	Ziemniaki	
	2	Dynia mrożona	
	3	Cukinia kostka mrożona	
	4	Marchewka kostka mrożona	
	5	Ćwiartka z kurczaka	
	6	Mleko kokosowe(***8-OWŁ***)	
	7	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	8	Pulpa mango	
	9	Sok pomarańczowy	
	10	Imbir mielony	
	11	Kucharek smak natury	
	12	Natka pietruszki	
	13	Cukier	
	14	Sól	
94	**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 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

95	**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	
96	**Zupa pomidorowa z makaronem (*1-GLU, 7-MLE, 9-SEL*)**		
	1	Makaron świderki(***1-GLU***)	
	2	Koncentrat pomidorowy	
	3	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	4	Śmietana 18% tł.(***7-MLE***)	
	5	Ćwiartka z kurczaka	
	6	Cukier	
	7	Koper	
	8	Kucharek smak natury	
	9	Natka pietruszki	
	10	Sól	
	11	Cząber	
	12	lubczyk	
97	**Zupa selerowa z ziemniakami (*7-MLE, 9-SEL*)**		
	1	Ziemniaki	
	2	Seler(***9-SEL***)	
	3	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	4	Ćwiartka z kurczaka	
	5	Śmietana 18% tł.(***7-MLE***)	
	6	Kucharek smak natury	
	7	Natka pietruszki	
	8	Sól	
98	**Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami (*1-GLU, 7-MLE, 9-SEL*)**		
	1	Ziemniaki	
	2	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	3	Fasolka szparagowa zielona	
	4	Kasza bulgur(***1-GLU***)	
	5	Śmietana 18% tł.(***7-MLE***)	
	6	Ćwiartka z kurczaka	
	7	Natka pietruszki	
	8	Kucharek smak natury	
	9	Sól	
99	**Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. (*9-SEL, 13-ŁUB*)**		
	1	Ziemniaki	
	2	Włoszczyzna(***9-SEL***)	
	3	Soczewica(***13-ŁUB***)	
	4	Koncentrat pomidorowy	
	5	Ćwiartka z kurczaka	
	6	Masło roślinne 80% tł.	
	7	Sól	
	8	Pieprz czarny mielony	
	9	Majeranek	

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 dla diety: Piaseczno Podstawowa Dzieci

100	**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	Kiełbasa podwawelska wyborowa swojski stragan(***1-GLU***)	
	7	Mąka pszenna(***1-GLU***)	
	8	Chrzan	
	9	Boczek wędzony	
	10	Kwasek cytynowy	
	11	Majeranek	
	12	Kucharek smak natury	
	13	Sól	