

Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci

Nazwa dania/asortymentu		Składniki
		Porcja - Definicja receptury (asortymenty wg ilości malejącej)
Lp	Asortyment	Składniki
1	Arbuz 200 g	
	1 Arbuz	
2	Banan 1 szt	
	1 Banan	
3	Barszcz ukraiński 400 ml (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	
4	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1 Biszkopty(1-GLU, 3-JAJ)	
5	Brokuły 120 g	
	1 Brokuły mrożone	
	2 Olej	
	3 Sól	
6	Brzoskwinia 1 szt	
	1 Brzoskwinie	
7	Budyń 200 ml (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, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02)	
	3 Cukier	
8	Bukiet warzyw 3-skl. 120 g	
	1 Mieszanka warzywna 3-skl.	
	2 Sól	
9	Bułka wrocławska 30 g (1-GLU, 6-SOJ)	
	1 Bułka specjalna krojona 300g(1-GLU, 6-SOJ)	
10	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	
	1 Chleb barowy 600g(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

11	Chłodnik z jajkiem 400 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Maślanka kg(7-MLE)
	2	Kefir kg(7-MLE)
	3	Buraki
	4	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	5	Ogórek zielony
	6	Boćwina
	7	Rzodkiewka
	8	Barszcz czerwony koncentrat(1-GLU, 9-SEL)
	9	Koper
	10	Szczypiorek
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
	13	Jaja(3-JAJ)
	14	Czosnek granulowany
12	Cukier 10 g	
	1	Cukier
13	Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE)	
	1	Dorsz(4-RYB)
	2	Olej
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Cebula
	6	Bazylia
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Sól
	9	Cytryna
	10	Jaja(3-JAJ)
14	Dżem 20 g	
	1	Dżem
15	Filet z indyka w sezamie 100 g (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)
16	Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 120 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Udziec z kurczaka b/k, b/s
	2	Kapusta biała
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Ryż
	6	Cebula
	7	Olej
	8	Marchewka
	9	Sól
	10	Pieprz czarny mielony
	11	Jaja(3-JAJ)
17	Herbata 1 szt	
	1	Herbata ekspresowa
18	Herbata owocowa 1 szt	
	1	Herbata owocowa

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

19	Hummus z suszonymi pomidorami 80 g	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Pasta tahini
	3	Suszone pomidory
	4	Cytryna
	5	Olej sezamowy
	6	Czosnek granulowany
	7	Sól
	8	Pieprz czarny mielony
	9	Pieprz cytrynowy
20	Jabłko 1 szt	
	1	Jabłko
21	Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ)	
	1	Majonez(3-JAJ)
	2	Jaja(3-JAJ)
	3	Koper
22	Jarzynka z koperkiem 100 g (9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Koper
	4	Sól
23	Jarzynki po grecku 100 g (9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Olej
	4	Cukier
	5	Sól
	6	Ziele angielskie
	7	Liść laurowy
24	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt naturalny 2% tł.(7-MLE)
25	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	
	1	Jogurt owocowy 1,6% tł.(7-MLE)
26	Kakao 250 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kakao
27	Kalafior 120 g	
	1	Kalafior
	2	Sól
28	Kasza bulgur 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza bulgur(1-GLU)
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Sól
29	Kasza jaglana na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza jaglana
30	Kasza kuskus 140 g (1-GLU)	
	1	Kasza kuskus(1-GLU)
31	Kasza manna na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Kasza manna(1-GLU)
32	Kasza orkiszowa 140 g	
	1	Kasza orkiszowa
	2	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

33	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Cukier
	3	Kawa inka(1-GLU)
34	Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU)	
	1	Kielbasa szynkowa Extra Duda T(1-GLU)
35	Kisiel z jabłkiem 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Jabłko mrożone
	2	Kisiel(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)
36	Kisiel z jagodami 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	
	1	Kisiel(1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)
	2	Jagoda mrożona
37	Kompot owocowy 250 ml	
	1	Mieszanka kompotowa
	2	Cukier
	3	Czerwona porzeczka mrożona
	4	Czarna porzeczka mrożona
38	Krucze ciastka 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Krucze ciastka(1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)
39	Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR)	
	1	Udziec z kurczaka z/k
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Olej
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Ketchup
	6	Musztarda(10-GOR)
	7	Papryka mielona
	8	Czosnek świeży
	9	Zioła prowansalskie
	10	Przyprawa do kurczaka
	11	Sól
	12	Pieprz czarny mielony
40	Makaron spaghetti 140 g (1-GLU)	
	1	Makaron spaghetti(1-GLU)
	2	Olej
	3	Sól
41	Marchewka gotowana mini 120 g	
	1	Marchewka mini
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Cukier
	4	Sól
42	Marchewka talarki z natką 100 g	
	1	Marchew talarki mrożona
	2	Masło roślinne 80% tł.
	3	Sól
	4	Natka pietruszki
43	Masło 10 g (7-MLE)	
	1	Masło 83% tł.(7-MLE)
44	Mizeria 100 g (7-MLE)	
	1	Ogórek zielony
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	4	Koper
	5	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

45	Mizeria z ogórków kiszonych 150 g (3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR)	
	1	Ogórek kiszony
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Koper
	5	Musztarda(10-GOR)
46	Morele 2 szt	
	1	Morele
47	Mus borówkowy 200 g	
	1	Borówka amerykańska mrożona
	2	Cukier
48	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	
	1	Jabłko prażone
	2	Buraczki wiórki mrożone
49	Nektarynka 1 szt	
	1	Nektarynka
50	Ogórek 30 g	
	1	Ogórek zielony
51	Ogórek kiszony 30 g	
	1	Ogórek kiszony
52	Ogórek małosolny 100 g	
	1	Ogórek małosolny
53	Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR)	
	1	Pałki z kurczaka
	2	Miód
	3	Musztarda(10-GOR)
	4	Sól
54	Papryka 30 g	
	1	Papryka
55	Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Jabłka
	3	Pestki słonecznika
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Koper
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
	8	Jaja(3-JAJ)
56	Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g (9-SEL)	
	1	Ciecierzycza konserwowa
	2	Włoszczyzna(9-SEL)
	3	Pestki słonecznika
	4	Papryka mrożona
	5	Olej
	6	Sól
	7	Czosnek świeży
	8	Kmin rzymski
	9	Pieprz czarny mielony
57	Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU)	
	1	Pieczeń wiedeńska(1-GLU)
58	Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Pierogi z mięsem(1-GLU, 3-JAJ)
	2	Cebula
	3	Sól
	4	Słonina

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

59	Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Płat szynkowy Gustavus(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
60	Płatki jęczmienne na mleku 350 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki jęczmienne(1-GLU)
61	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Płatki owsiane(1-GLU)
62	Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU)	
	1	Polędwica drobiowa(1-GLU)
63	Pomidor 30 g	
	1	Pomidor
64	Pulpet wieprzowy 80 g (1-GLU, 3-JAJ)	
	1	Łopatka wieprzowa
	2	Bułka tarta(1-GLU)
	3	Sól
	4	Jaja(3-JAJ)
65	Rolada drobiowa ze szpinakiem 120 g	
	1	Filet z kurczaka
	2	Szpinak mrożony
	3	Olej
	4	Sól
	5	Pieprz ziolowy
66	Rosół z makaronem 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ćwiartka z kurczaka
	2	Makaron nitki(1-GLU)
	3	Pietruszka
	4	Seler(9-SEL)
	5	Marchewka
	6	Cebula
	7	Por
	8	Natka pietruszki
	9	Sól
	10	Przyprawa do mięsa
	11	Pieprz czarny mielony
	12	lubczyk
	13	Cząber
67	Rumianek 1 szt	
	1	Rumianek
68	Ryż brązowy na mleku 350 g (7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Ryż brązowy
69	Rzodkiewka 15 g	
	1	Rzodkiewka
70	Salata 10 g	
	1	Salata
71	Salata lodowa 10 g	
	1	Salata lodowa
72	Salata z jogurtem greckim 80 g (7-MLE)	
	1	Salata
	2	Jogurt grecki litr 10%tł.(7-MLE)
	3	Koper
	4	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

73	Salatka jarzynowa 100 g (3-JAJ, 9-SEL)	
	1	Salatka jarzynowa(9-SEL)
	2	Ogórek kiszony
	3	Jabłka
	4	Majonez(3-JAJ)
	5	Jajka(3-JAJ)
	6	Sól
74	Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Kalafior
	2	Kukurydza konserwowa
	3	Szynka konserwowa(1-GLU)
	4	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	5	Majonez(3-JAJ)
	6	Koper
	7	Sól
75	Salatka z buraka 100 g	
	1	Buraki
	2	Jabłka
	3	Cebula
	4	Cukier
	5	Kwasek cytrynowy
	6	Sól
76	Schab Benedykta 100 g (1-GLU)	
	1	Schab Benedykta(1-GLU)
77	Schab Maryny 40 g (1-GLU)	
	1	Schab Maryny Szuster(1-GLU)
78	Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-pieczarkowym 120 g (1-GLU)	
	1	Schab b/k
	2	Passata pomidorowa
	3	Papryka mrożona
	4	Pieczarki mrożone
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Papryka wędzona
	8	Sól
	9	Olej
	10	Czosnek świeży
79	Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Cukinia kostka mrożona
	3	Koper
	4	Sól
80	Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g	
	1	Seler mrożony
	2	Dynia mrożona
	3	Natka pietruszki
	4	Sól
81	Ser biały 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
82	Ser żółty 40 g (7-MLE)	
	1	Ser żółty(7-MLE)

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

83	Sos boloński wieprzowy 200 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Karkówka
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Pomidory pelati
	4	Włoszczyzna(9-SEL)
	5	Mąka pszenna(1-GLU)
	6	Cebula
	7	Ser żółty wiórki(7-MLE)
	8	Olej
	9	Zioła prowansalskie
	10	Sól
84	Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	3	Masło 83% tł.(7-MLE)
	4	Olej
	5	Zioła prowansalskie
	6	Liść laurowy
	7	Pieprz ziolowy
	8	Ziele angielskie
	9	Sól
85	Sos miodowo-musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR)	
	1	Musztarda(10-GOR)
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Miód
	4	Masło roślinne 80% tł.
	5	Sól
86	Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU)	
	1	Pietruszka
	2	Mąka pszenna(1-GLU)
	3	Olej
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól
87	Sos z pomidorów pelati 60 g	
	1	Pomidory pelati
	2	Koncentrat pomidorowy
	3	Masło roślinne 80% tł.
	4	Ziele angielskie
	5	Liść laurowy
	6	Pieprz ziolowy
	7	Bazylia
	8	Sól
88	Sos ziolowy 60 g (1-GLU)	
	1	Mąka pszenna(1-GLU)
	2	Olej
	3	Zioła prowansalskie
	4	Liść laurowy
	5	Ziele angielskie
	6	Pieprz ziolowy
	7	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

89	Surówka wielowarzywna 100 g	
	1	Kapusta biała
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Ogórek kiszony
	5	Olej
	6	Cukier
	7	Sól
90	Surówka z cukinią, marchewką i porem 120 g	
	1	Cukinia
	2	Jabłka
	3	Marchewka
	4	Por
	5	Olej
	6	Natka pietruszki
	7	Koper
	8	Sól
	9	Kwasek cytrynowy
91	Surówka z cukinii 100 g (7-MLE)	
	1	Cukinia
	2	Marchewka
	3	Jabłka
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Cukier
	7	Natka pietruszki
	8	Kwasek cytrynowy
	9	Sól
92	Surówka z papryki z olejem 80 g	
	1	Ogórek zielony
	2	Papryka
	3	Cebula
	4	Olej
	5	Cukier
	6	Sól
93	Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 80 g	
	1	Pomidor
	2	Oliwki krojone
	3	Koper
	4	Olej
	5	Sól
94	Surówka z rzepy białej 100 g (3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Rzepa biała
	2	Ananas konserwowy
	3	Majonez(3-JAJ)
	4	Pestki dyni
	5	Jogurt naturalny 2%tł.(7-MLE)
	6	Sól
	7	Pieprz czarny mielony
95	Szpinak 120 g (1-GLU)	
	1	Szpinak mrożony
	2	Margaryna 80% tł.
	3	Mąka pszenna(1-GLU)
	4	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

96	Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
	2	Szynka biała z indyka Łukosz(1-GLU)
97	Szynka konserwowa 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka konserwowa(1-GLU)
98	Szynka Maryny 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka Maryny Stanisławów(1-GLU)
99	Szynka od górali 40 g	
	1	Szynka od górali Chabura
100	Szynka piastowska 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka piastowska(1-GLU)
101	Szynka pieczona z warzywami 100 g (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Szynka b/k
	2	Pomidory pelati
	3	Marchewka
	4	Pietruszka
	5	Seler(9-SEL)
	6	Mąka pszenna(1-GLU)
	7	Natka pietruszki
	8	Majeranek
	9	Tymianek
	10	Sól
	11	lubczyk
	12	Pieprz czarny mielony
102	Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka tostowa Cedrob drobiowa(1-GLU)
103	Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU)	
	1	Szynka z kotła Gustavus(1-GLU)
104	Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	
	1	Szynka z liściem Gustavus(6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)
105	Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	
	1	Zielonogórska(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)
106	Twarożek figowy 80 g	
	1	Twarożek z figą i makiem
107	Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g (7-MLE)	
	1	Twarożek z grillowanym bakłażanem(7-MLE)
108	Twarożek z natką pietruszki 80 g (7-MLE)	
	1	Twaróg 4% tł.(7-MLE)
	2	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	3	Natka pietruszki
109	Winogrona 100 g	
	1	Winogrona
110	Zacierka na mleku 350 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	
	1	Mleko 3,2% tł.(7-MLE)
	2	Zacierka(1-GLU, 3-JAJ)
	3	Cukier
	4	Sól

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

111	Ziemniaki 140 g	
	1 Ziemniaki	
	2 Ziemniaki obierane	
	3 Masło roślinne 80% tł.	
	4 Sól	
	5 Koper	
112	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1 Włoszczyzna(9-SEL)	
	2 Brokuły mrożone	
	3 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	4 Ryż brązowy	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Kucharek smak natury	
	7 Natka pietruszki	
	8 Sól	
113	Zupa grochowa 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Groch	
	3 Włoszczyzna(9-SEL)	
	4 Kielbasa podwawelska(1-GLU)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Cebula	
	7 Boczek wędzony	
	8 Majeranek	
	9 Kucharek smak natury	
	10 Natka pietruszki	
	11 Sól	
114	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1 Włoszczyzna(9-SEL)	
	2 Kalafior	
	3 Kasza jęczmienna(1-GLU)	
	4 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Sól	
115	Zupa kapuśniak z młodej kiszzonej kapusty 400 ml (9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Kapusta kiszona młoda	
	3 Pomidory pelati	
	4 Włoszczyzna(9-SEL)	
	5 Ćwiartka z kurczaka	
	6 Cebula	
	7 Natka pietruszki	
	8 Kucharek smak natury	
	9 Cukier	
	10 Olej	
	11 Sól	
116	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL)	
	1 Ziemniaki	
	2 Włoszczyzna(9-SEL)	
	3 Śmietana 18% tł.(7-MLE)	
	4 Ćwiartka z kurczaka	
	5 Koper	
	6 Kucharek smak natury	
	7 Natka pietruszki	
	8 Sól	

**Księga receptur dla: Kuchnia główna z jadłospisów od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-07-31 dla diety: Piaseczno
Podstawowa Dzieci**

117	Zupa minestrone z makaronem muszelki 400 ml (1-GLU, 9-SEL)	
	1	Ziemniaki
	2	Makaron muszelka(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Cukinia plastry mrożona
	5	Pomidory pelati
	6	Kapusta biała
	7	Marchewka kostka mrożona
	8	Fasolka szparagowa zielona
	9	Ćwiartka z kurczaka
	10	Koncentrat pomidorowy
	11	Fasola biała
	12	Groszek mrożony
	13	Masło roślinne 80% tł.
	14	Natka pietruszki
	15	Liść laurowy
	16	Sól
	17	Czosnek świeży
	18	Pieprz czarny mielony
118	Zupa pieczarkowa z łazankami 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Pieczarki mrożone
	2	Makaron łazanki(1-GLU)
	3	Włoszczyzna(9-SEL)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Koper
	7	Natka pietruszki
	8	Ziele angielskie
	9	Liść laurowy
	10	Kucharek smak natury
	11	Sól
119	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL)	
	1	Włoszczyzna(9-SEL)
	2	Fasolka szparagowa zielona
	3	Kasza pęczak(1-GLU)
	4	Śmietana 18% tł.(7-MLE)
	5	Ćwiartka z kurczaka
	6	Natka pietruszki
	7	Kucharek smak natury
	8	Sól