

Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

19.10.2023ж./г.

Порции елісі бір балага:
Ботқа, киконіс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Балық – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тағам – 200гр
Трімшік – 7-9-12гр
Шұжық – 7-18-25гр
Жемістер – 187-195-250гр
Май каймақ – 26-37-50гр

Масса порции на одного ребенка:
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250гр
Первое блюдо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Мисо, котлета – 80-100-120гр
Рыба – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третье блюдо – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Колбаса – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масло сл. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. *Каша молочная манная*
2. *Хлеб с маслом*
3. *Чай сладкий с лимоном*

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. *Вафли*
2. *Молоко*

Түскі ас / Обед

1. *Консервированные огурцы*
2. *Уха*
3. *Картофельное пюре, котлеты с подливом*
4. *Хлеб*
5. *Компот из сухофруктов*

Күндізгі ас / Полдник

1. *Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой*
2. *Кофе сладкий с молоком*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат морковный с яблоками*
2. *Ленивые вареники с творогом*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Чай сладкий с молоком*

Диетбике / Диет сестра: Т.Т.Т. Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: Ж.Ж. Жусупова Г.К.









