

Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

05.10.2023ж.г.

Порция еліз бір балыга:
Ботка, коконис, сузбе тагамы – 150-200-250гр
Бірінші тагам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Балык – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тагам – 200гр
Ірімшік – 7-9-12гр
Шұжык – 7-18-25гр
Жемістер – 187-195-250гр
Май каймак – 26-37-50гр

Масса порции на одного ребенка:
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250гр
Первое блюдо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Мясо, 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 пшеничная
2. Хлеб с маслом, мед
3. Чай сладкий с лимоном

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Сухарики
3. Кефир с сахаром

Түскі ас / Обед

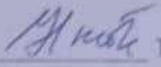
1. Салат «морковь по-корейски»
2. Уха
2. Плов
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

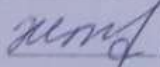
Күндізгі ас / Полдник

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

Кешкі ас / Ужин

1. Салат овощной
2. Ханума с подливом
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жүсүпова Г.К.









