

Бекіту / Утверждаю  
С.П. Белинская

07.10.2023ж.г.

Порция слэси бір балага:  
Ботка, кокониё, сүзбе 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. Суп молочный вермишелевый
2. Хлеб с маслом
2. Печенье
3. Кофе сладкий с молоком

#### Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
2. Чай сладкий с лимоном

#### Түскі ас / Обед

1. Салат «морковь по-корейски»
2. Щи
2. Картофельное пюре, голубцы с подливом
3. Хлеб
4. Компот из сушафруктов
5. Яблоки

#### Күндізгі ас / Полдник

1. Творожная запеканка
2. Сухарики *долохо*

#### Кешкі ас / Ужин

1. Салат «витаминный»
2. Плов
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра: *Н.Г. Тожаева* Тожаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: *Г.К. Жүсүпова* Жүсүпова Г.К.











