

Бекіту / Утверждаю  
С.П. Белинская

17.12.2023ж./г.

Порция сліс бір балага:  
Ботка, кокөніс, 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. Каша молочная пшеничная
2. Хлеб с маслом
2. Халва
3. Кофе сладкий с молоком

#### Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Омлет
2. Хлеб с маслом
3. Яблоки
4. Чай сладкий с молоком

#### Түскі ас / Обед

1. Салат фасолевый с луком
2. Суп гречневый
2. Манты
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов
5. Яблоки

#### Күндізгі ас / Полдник

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

#### Кешкі ас / Ужин

1. Салат картофельный с луком
2. Ленивые голубцы
3. Хлеб
4. Сок

Диетбике / Диет сестра:  Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жусупова Г.К.











