

14.04.2023ж./з.

Порция елісі бір балаға:  
Ботка, көкөніс, сүзбе тағамы – 150-200-200гр  
Бірінші тағам – 200-250-250гр  
Гарнир – 100-150-180гр  
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 қаймақ – 26-37-50гр

Масса порции на одного  
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-2  
Первое блюдо – 200-2  
Гарнир – 100-1  
Мясо, котлета – 80-1  
Рыба – 2  
Салат – 60-  
Третье блю-  
Сыр  
Колбаса –  
Фрукты – 187-  
Масло сл. –

### Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная манная
2. Хлеб с маслом
3. Кофе сладкий с молоком

### Тал түсті ас / Второй завтрак

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

### Түскі ас / Обед

1. Салат морковный с луком
2. Суп гороховый
3. Овощное рагу
4. Хлеб
5. Компот из сухофруктов, свежих яблок

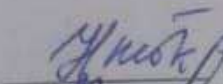
### Күндізгі ас / Полдник

1. Творожная запеканка
2. Чай сладкий с молоком
3. Яблоки

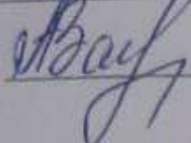
### Кешкі ас / Ужин

1. Салат «винегрет»
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Сок

Диетбике / Диет сестра:

 Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:

 Ваикова А.Н.









