



Бекіту / Утверждаю  
С.П. Белинская

16.04.2023ж.г.

Порции елісі бір балаға:  
Ботқа, коконіс, суібе 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  
Ірімшік – 7-9-12гр  
Шұжық – 7-18-25гр  
Жемістер – 187-195-250гр  
Май қаймақ – 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*
3. *Чай сладкий с лимоном*

**Тал түсті ас / Второй завтрак**

1. *Сладкая картошка, конфеты*
2. *Творожные кексы, отварные яйца*
3. *Хлеб*
4. *Чай сладкий с молоком*

**Түскі ас / Обед**

1. *Салат фасольевый с морковью и луком*
2. *Суп вермишелевый*
2. *Картофельное пюре, голубцы с подливом*
3. *Хлеб*
4. *Компот из сухофруктов*
5. *Яблоки*

**Күндізгі ас / Полдник**

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

**Кешкі ас / Ужин**

1. *Консервированные огурцы*
2. *Ленивые вареники с картошкой*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Сок*

Диетбике / Диет сестра: Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: Вайсова А.Н.









