

Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

04.04.2023ж./г.

рция елісі бір балаға:
тка, көкөніс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
інші тағам – 200-250-300гр
ниир – 100-140-180гр
котлета – 80-100-120гр
ык – 25-40-55гр
ат – 60-100-150гр
інші тағам – 200гр
шік – 7-9-12гр
жык – 7-18-25гр
істер – 187-195-250гр
і каймақ – 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

Каша молочная манная
Хлеб с маслом
Мед
Чай сладкий с лимоном

Тал түсті ас / Второй завтрак

Печенье, сухарики
Яблоки
Какао сладкий с молоком

Түскі ас / Обед

Салат «винегрет»
Уха
Картофельное пюре, тефтели с подливом
Хлеб
Компот из сухофруктов


Күндізгі ас / Полдник

Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
Кофе сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

Салат «чиполлино»
Отварные макароны с гуляшом
Хлеб с маслом
Сок

Диетбике / Диет сестра:  Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Вайсова А.Н.









