



Бекіту / Утверждаю  
С.П. Белінская

11.05.2023ж./г.

Порция елісі бір баланы  
Ботқа, көкөніс, сүбіе тағамы – 150-200-250гр  
Бірінші тағам – 200-250-300гр  
Гарнир – 100-140-180гр  
Ет, қотлеті – 80-100-120гр  
Балық – 25-40-55гр  
Салат – 60-100-150гр  
Үшінші тағам – 200гр  
Тірімшік – 7-9-12гр  
Шұжық – 7-18-25гр  
Жемістер – 187-195-250гр  
Май қаймақ – 26-37-50гр

Масса порция на одного ребенка:  
Каша, овсяное, творожное блинко – 150-200-250гр  
Первое блинко – 100-150-200гр  
Гарнир – 100-140-180гр  
Мясо, котлетка – 80-100-120гр  
Рыба – 25-40-55гр  
Салат – 60-100-150гр  
Третье блинко – 200гр  
Сыр – 7-9-12гр  
Колбаса – 7-18-25гр  
Фрукты – 187-195-250гр  
Масло сл. – 26-37-50гр

**Ертеңгілік ас / Завтрак**

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

**Тал түсті ас / Второй завтрак**

1. Печенье
2. Сухарики
3. Сок

**Түскі ас / Обед**

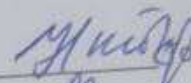
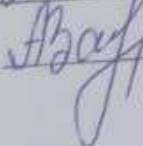
1. Салат «витаминный»
2. Уха
2. Гречневая каша с гуляшом
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

**Күндізгі ас / Полдник**

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

**Кешкі ас / Ужин**

1. Лук дольками
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Какао сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Жакаева Н.Г.  
Бас аспазшы / Шеф повар:  Вайсова А.Н.









