



Г/тверд
С.В. Белин

13.05.2023ж.г.

Порции едеі бір балага:
Ботка, кокошис, сузбе 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 р
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-20
Первое блюдо – 200-25
Гарнир – 100-14
Мясо, котлета – 80-1
Рыба – 25
Салат – 60-1
Третье блю
Сыр –
Колбаса –
Фрукты – 187
Масло сл. –

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. *Каша молочная ячневая*
2. *Хлеб с маслом*
2. *Мед*
3. *Чай сладкий с молоком*

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. *Сладкая картошка*
2. *Сухарики*
3. *Молоко*

Түскі ас / Обед

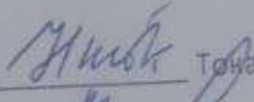
1. *Консервированные огурцы*
2. *Суп гречневый*
2. *Картофельное пюре, голубцы с подливом*
3. *Хлеб*
4. *Компот из сухофруктов*

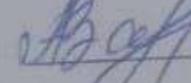
Күндізгі ас / Полдник

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

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат свекольный с яблоками*
2. *Ленивые вареники с творогом*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Сок*

Диетбике / Диет сестра:  Тожаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Ваикова А.Н.









