

15.05.2023ж./г.

Порция есіеі бір балата:
Ботка, коконеі, суібе тағамы – 150-200-250г
Бірінші тағам – 200-250-300г
Гарнир – 100-150-180г
Ет, қолдета – 80-100-120г
Балық – 25-40-55г
Салат – 60-100-150г
Үшінші тағам – 200г
Ірімшік – 7-9-12г
Шұжық – 7-18-25г
Жемістер – 187-195-250г
Май қаймақ – 26-37-50г

Масса порции на одного ребенка:
Каша, овошное, творожное блюдо – 150-200-250г
Первое блюдо – 200-250-300г
Гарнир – 100-150-180г
Мясо, колдета – 80-100-120г
Рыба – 25-40-55г
Салат – 60-100-150г
Третье блюдо – 200г
Сыр – 7-9-12г
Колбаса – 7-18-25г
Фрукты – 187-195-250г
Масло ед. – 26-37-50г

Ертеңгілік ас / Завтрак

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

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. *Салат «чиполлино»*
2. *Борщ*
2. *Гороховое пюре с гуляшом*
3. *Хлеб*
4. *Сок*

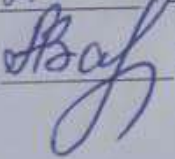
Күндізгі ас / Полдник

1. *Сладкая картошка, сухарики*
2. *Молоко*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат фасолевый с морковью и луком*
2. *Жаркое по-домашнему*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Компот из сухофруктов*

Диетбике / Диет сестра:  Исмаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Ваисова А.Н.









