



Порция елісі бір балаға:
 Ботқа, коконіс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
 Бірінші тағам – 200-250-300гр
 Гарнир – 100-150-180гр
 Ет, котлета – 80-100-120гр
 Балық – 25-40-55гр
 Салат – 60-100-150гр
 Үшінші тағам – 200гр
 Трімшік – 7-9-12гр
 Шұжық – 7-18-25гр
 Жемістер – 187-195-250гр
 Май қаймақ – 26-37-50гр

Масса порции на одного реб
 Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-
 Первое блюдо – 200-250-
 Гарнир – 100-150-
 Мисо, котлета – 80-100-
 Рыба – 25-4-
 Салат – 60-100-
 Третье блюдо –
 Сыр – 7-
 Колбаса – 7-
 Фрукты – 187-19-
 Масло сл. – 26-

Ертеңгілік ас / Завтрак

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

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. *Салат морковный с луком*
2. *Суп гороховый*
2. *Гречневая каша с гуляшом*
3. *Хлеб*
4. *Сок*

Күндізгі ас / Полдник

1. *Пряники домашние*
2. *Молоко*

Кешкі ас / Ужин

1. *Огурцы консервированные*
2. *Жаркое по-домашнему*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Компот из сухофруктов*

Диетбике / Диет сестра: Умбет Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: Аманжол Ваисова А.Н.









