



06.05.2023ж./г.

- Порция елісі бір балаға:
- Ботқа, қорық, 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
- Ірімшік – 7-9-12гр
- Шұжық – 7-18-25гр
- Жемістер – 187-195-250гр
- Май қаймақ – 26-37-50гр

- Масса порции на одну
- Каша, овощное, творожное блюдо – 1
- Первое блюдо – 2
- Гарнир –
- Мясо, котлета –
- Рыб
- Салат
- Третье
- Колб
- Фрукты
- Масло

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная манная
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. Щи
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб
4. Сок
5. Яблоки

Күндізгі ас / Полдник

1. Сладкая картошка, сухарики
2. Молоко
3. Яблоки

Кешкі ас / Ужин

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

Диетбике / Диет сестра: Тоқаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: Ваисова А.Н.









