



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

17.09.2023ж./г.

Порция елісі бір балаға:
Ботқа, көкөніс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
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 каймақ – 26-37-50гр

Порции на одного ребенка:
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250гр
Первое блюдо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Мясо, котлета – 80-100-120гр
Рыба – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третье блюдо – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Колбаса – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масло сл. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. *Каша молочная ячневая*
2. *Хлеб с маслом*
2. *Вафли*
3. *Чай сладкий черный, лимон с сахаром*

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

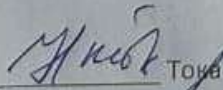
1. *Салат «морковь по-корейски»*
2. *Щи*
2. *Картофельное пюре, перец, фаршированный с подливом*
3. *Хлеб*
4. *Сок*
5. *Яблоки*

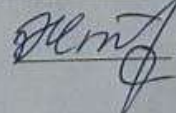
Күндізгі ас / Полдник

1. *Яблочная шарлотка*
2. *Компот из сухофруктов*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат «витаминовый»*
2. *Отварные макароны с гуляшом*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Какао сладкий на молоке*

Диетбике / Диет сестра:  Тоқайева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жусупова Г.К.









