



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

18.09.2023ж./г.

Порция есіеі бір балаға:

- Ботка, қокөніс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
- Бірінші тағам – 200-250-300гр
- Гарнир – 100-140-180гр
- Ет, котлета – 80-100-120гр
- Балық – 20-40-55гр
- 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 одного ребенка:

- Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250гр
- Первое блюдо – 200-250-300гр
- Гарнир – 100-140-180гр
- Мясо, котлета – 80-100-120гр
- Рыба – 20-40-55гр
- 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 пшеничная
2. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Хлеб
3. Кефир с сахаром
4. Яблоки

Түскі ас / Обед

1. Салат свекольный с чесноком
2. Рассольник
3. Ячневая каша с гуляшом
4. Хлеб
5. Компот из сухофруктов

Күндізгі ас / Полдник

1. Пирожки с напустой
2. Чай сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Огурцы консервированные
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Сок

Диетбике / Диет-сестра:  Тожаева Н.Г.

Бас-аспазшы / Шеф-повар:  Жусупова Г.К.









