



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

29.01.2024ж./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 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 – 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 гречневая с маслом*
2. *Хлеб с маслом*
3. *Чай сладкий с лимоном*

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. *Хлеб с маслом*
2. *Чай сладкий с молоком*

Түскі ас / Обед

1. *Лук дольками*
2. *Борщ*
2. *Гороховое пюре с гуляшом*
3. *Хлеб*
4. *Компот из сухофруктов*

Күндізгі ас / Полдник

1. *Творожные рогалики*
2. *Сок*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат «бордо»*
2. *Овощное рагу*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Какао сладкий на молоке*

Диетбике / Диет сестра: М. Н. Токаева Токаева Н.Г.

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









