

14.02.2024ж./г.

Порция елісі бір балага:  
Ботка, көкөніс, сузбе тагамы – 150-200-250гр  
Бірінші тагам – 200-250-300гр  
Гарнир – 100-140-180гр  
Ет, котлета – 80-100-120гр  
Балык – 20-40-55гр  
Салат – 60-100-150гр  
Үшінші тагам – 200гр  
Ірімшік – 7-9-12гр  
Шұжык – 7-18-25гр  
Жемістер – 187-195-250гр  
Май каймак – 26-37-50гр

Масса порции на одного ребенка:  
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250гр  
Первое блюдо – 200-250-300гр  
Гарнир – 100-140-180гр  
Мисо, 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 манная*
2. *Хлеб с маслом*
3. *Какао сладкий с молоком*

**Тал түсті ас / Второй завтрак**

1. *Хлеб с маслом*
2. *Отварная колбаса*
3. *Чай сладкий с молоком*

**Түскі ас / Обед**

1. *Салат «чиполлино»*
2. *Суп галушки*
3. *Плов из перловки*
4. *Хлеб*
5. *Сок*

**Күндізгі ас / Полдник**

1. *Крестики*
2. *Компот из сухофруктов*

**Кешкі ас / Ужин**

1. *Квашеная капуста с луком*
2. *Картофельная запеканка*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Сок*

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

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











