

08.03.2024ж./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 молочная гречневая
2. Хлеб с маслом
3. Чай сладкий с молоком

#### Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Хлеб с маслом, отварной колбасой
2. Какао сладкий с молоком

#### Түскі ас / Обед

1. Салат «винегрет»
2. Суп вермишелевый
2. Пельмени
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

#### Күндізгі ас / Полдник

1. Пирожки с капустой
2. Какао сладкий на молоке

#### Кешкі ас / Ужин

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

Диетбике / Диет сестра: Жүмбақ Токаева Н.Г.

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









