



Бекіту / Утверждаю  
С.П. Белинская

13.04.2024ж.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 – 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 манная
2. Хлеб с маслом
3. Чай сладкий с лимоном

**Тал түсті ас / Второй завтрак**

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

**Түсік ас / Обед**

1. Салат «чиполлино»
2. Суп гречневый
3. Картофельное пюре с гуляшом
4. Хлеб
5. Сок
6. Яблоки

**Күндізгі ас / Полдник**

1. Крестики с яблоками
2. Молоко

**Кешкі ас / Ужин**

1. Салат морковный с луком
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра: Жидек Токаева Н.Г.

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









