

Беніту / Утверждаю
С.П. Белинская

23.04.2024ж./г.

Порция елісі бір балага:
Ботка, коконіс, сүзбе тагамы – 150-200-250гр
Бірінші тагам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Балык – 25-40-55гр
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 порция на одного ребенка:
Каша, овошное, 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 пшеница*
2. *Хлеб с маслом*
3. *Какао сладкий с молоком*

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. *Печенье*
2. *Сухарики*
3. *Молоко*

Түскі ас / Обед


1. *Квашеная капуста с луком*
2. *Суп гороховый*
2. *Гречневая каша, рыбные котлеты с подливом*
3. *Хлеб*
4. *Сок*

Күндізгі ас / Полдник

1. *Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой*
2. *Чай сладкий с лимоном*
3. *Яблоки*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат картофельный с луком*
2. *Ханума с подливом*
3. *Хлеб с маслом*
4. *Компот из сухофруктов*
5. *Яблоки*

Диетбике / Диет сестра:  Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жусупова Г.К.









