



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

29.04.2024ж./г.

- Порция елісі бір балаға:
- Ботқа, қанжыт, 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, 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 пшеничная*
2. *Хлеб с маслом*
3. *Чай сладкий с лимоном*

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. *Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой*
2. *Какао сладкий на молоке*

Түскі ас / Обед

1. *Салат свекольный с луком*
2. *Борщ*
2. *Плов из перловки*
3. *Хлеб*
4. *Компот из сухофруктов*

Күндізгі ас / Полдник

1. *Хлеб с маслом*
2. *Отварное яйцо*
3. *Яблоки*
4. *Чай сладкий с молоком*

Кешкі ас / Ужин

1. *Салат морковный с луком*
2. *Сложный гарнир*
3. *Хлеб*
4. *Сок*

Диетбике / Диет сестра: М.И.Б. Тонаяева Н.Г.

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









