

09.09.2024ж./г.

Порция елісі бір балата:
Ботса, киконіс, 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
Шұжым – 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
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 на молоке
4. Халва

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. Салат «морковь по-корейски»
2. Борщ
3. Перловая каша с гуляшом
4. Хлеб
5. Сок

Күндізгі ас / Полдник

1. Пирожки с картошкой
2. Чай сладкий с лимоном

Кешкі ас / Ужин

1. Салат «витаминный»
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра: Жибек Токаева Н.Г.

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









