

24.10.2023ж.г.

Порции для 100 человек:
Боток, кюнаш, тузук тагамы – 150-200-250гр
Бірінші тагам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, қолдета – 80-100-120гр
Балық – 20-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тагам – 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 пшеничная
2. Хлеб с маслом, отварной колбасой
3. Какао сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Хлеб
3. Нефир с сахаром
4. Яблоки

Түсіні ас / Обед

1. Салат «морковь по-карейски»
2. Суп вермишелевый
3. Гречневая каша, рыба, тушеная с овощами
4. Хлеб
5. Чай сладкий с лимоном

Күндізгі ас / Полдник

1. Самса
2. Кофе сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Салат «чиполлино»
2. Сложный гарнир
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Diet cecra: Ж. Кайы Токаева Н.Г.

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









