



Бекіту / Утверждено
С.П. Беллинская

25.10.2023ж./г.

Порция салық бір балаға:
Ботқа, инжиік, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, қолдета – 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 қалдық – 26-37-50гр

Масақ шорпақ на елдегі ребенік:
Қауыршақ, өтешік, тәттімеш ботқа – 150-200-250гр
Перша ботқа – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Масақ қолдета – 80-100-120гр
Рыба – 20-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третья ботқа – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Қолдета – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масақ са. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Коша молочная пшеница
2. Хлеб с маслом
3. Печенье
4. Кафе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Омлет
2. Хлеб с маслом, отварной колбасой
2. Чай сладкий с лимоном

Түскі ас / Обед

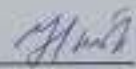
1. Салат фаселевый с луком
2. Суп гречневый
3. Мясо по-французски
4. Хлеб
5. Компот из сухофруктов
6. Яблоки

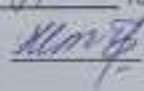
Күндізгі ас / Полдник

1. Яблочная шарлотка
2. Молоко

Кешкі ас / Ужин

1. Салат «витаминный»
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Токчаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жүсүпова Г.К.









