

21.11.2023ж.с.

Порция салмагы бөлүмү:
Ботка, кашант, сүзгө тагым - 150-200-250гр
Порция тагым - 200-250-300гр
Гарнир - 100-140-180гр
Ет, калба - 80-100-120гр
Балык - 25-40-55гр
Салат - 60-100-150гр
Ушкун тагым - 200гр
Тришк - 7-9-12гр
Шүжүм - 7-18-25гр
Жемиштер - 187-195-250гр
Мей дайым - 26-37-50гр

Масса порциясы өлчөмү боюнча:
Каша, кашант, тагым бөлүмү - 150-200-250гр
Порция бөлүмү - 200-250-300гр
Гарнир - 100-140-180гр
Мей, калба - 80-100-120гр
Балык - 25-40-55гр
Салат - 60-100-150гр
Тришк бөлүмү - 200гр
Сыр - 7-9-12гр
Калба - 7-18-25гр
Фрукты - 187-195-250гр
Мей сал - 26-37-50гр

Ертеңгүлүк ас / Завтрак

1. Каша малачная манная
2. Хлеб с маслом
2. Халва
3. Какао сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Бутерброд с маслом, сыром, твердой колбасой
2. Чай сладкий с лимоном

Түскі ас / Обед

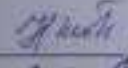
1. Салат «бордо»
2. Уха
2. Сложный гарнир
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

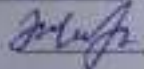
Күндүзгү ас / Полдник

1. Самса
2. Кофе сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Салат морковный с яблоками
2. Сладкий плов
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Жүсүпова Г.К.









