



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

24.11.2023ж./г.

Порция кісі бір балығы:
Ботқа, кикеніс, сүзбе тағаны – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, қотлеті – 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 қаймақ – 26-37-50гр

Маса порция ии наныго ребенка:
Каша, ошошное, творожное блиндо – 150-200-250гр
Первое блиндо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Маса, қотлеті – 80-100-120гр
Рыба – 20-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третье блиндо – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Колбаса – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масло сл. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная манная
2. Хлеб с маслом, отварное яйцо
3. Чай сладкий с лимоном

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Хлеб
2. Халва
3. Молоко

Түскі ас / Обед

1. Салат свекольный с чесноком
2. Суп рисовый
3. Ячневая каша с гуляшом
4. Хлеб
5. Компот из сухофруктов

Күндізгі ас / Полдник

1. Пицца
2. Кофе сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Огурцы консервированные
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Сок

Диетбике / Диет сестра: Жуки Токаева Н.Г.

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









