

Бейгу / Утварждау  
С.П. Белинская

14.12.2023ж.г.

Порции елісі бір балға:  
Ботқа, кокконіс, 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  
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 – 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 манная
2. Хлеб с маслом
3. Какао сладкий с молоком

#### Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Хлеб
2. Молоко
3. Халва

#### Түскі ас / Обед

1. Квашеная капуста с луком
2. Суп вермишелевый
2. Гречневая каша, рыба, тушеная с овощами
3. Хлеб
4. Сок

#### Күндізгі ас / Полдник

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

#### Кешкі ас / Ужин

1. Салат «винегрет»
2. Ханума с подливом
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра: Н.Г. Токаева Токаева Н.Г.

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









