



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

17.04.2023ж./г.

Порция елігі бір балаға:
Ботқа, көкпіс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-150-180гр
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 порция на одного ребенка:
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250г
Первое блюдо – 200-250-300г
Гарнир – 100-150-180г
Мясо, котлета – 80-100-120г
Рыба – 25-40-55г
Салат – 60-100-150г
Третье блюдо – 200г
Сыр – 7-9-12г
Колбаса – 7-18-25г
Фрукты – 187-195-250г
Масло сл. – 26-37-50г

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная манная
2. Хлеб с маслом
3. Конфеты
4. Чай сладкий с лимоном

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
2. Кофе сладкий с молоком

Түскі ас / Обед

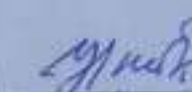
1. Салат морковный с луком
2. Борщ со сметаной
2. Гороховое пюре с гуляшом
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов
5. Яблоки

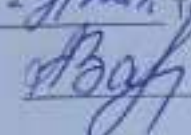
Күндізгі ас / Полдник

1. Пирожки с картошкой
2. Молоко

Кешкі ас / Ужин

1. Квашеная капуста с луком
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Сок

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

Бас аспазшы / Шеф повар:  А.Н.В. Ваисова А.Н.









