



Бекіту / Утвер
С.П. Б.

25.04.2023ж./г.

Порция есігі бір балаға:
Ботқа, кокконіс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, қолдета – 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
Каша, овощное, творожное блюдо – 150
Первое блюдо – 200
Гарнир – 100
Мясо, колдета – 80
Рыба –
Салат – 60
Третье б.
С.
Колбас
Фрукты – 1
Масло сл

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная ячневая
2. Хлеб с маслом
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Сухарики
3. Сок
4. Яблоки

Түскі ас / Обед

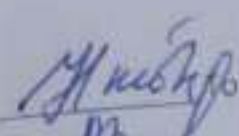
1. Салат «винегрет»
2. Уха
2. Плов
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов
5. Яблоки

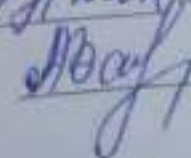
Күндізгі ас / Полдник

1. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
2. Какао сладкий на молоке

Кешкі ас / Ужин

1. Салат «витаминный»
2. Ханума с подливом
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Мамбетова Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Баикова А.Н.









