



Бекіту / Утверждение
С.П. Бели

05.04.2023ж./г.

Порция елсіз бір балық:
Ботқа, кокконіе, суыбе тағамы – 150-200-200гр
Бірінші тағам – 200-250-250гр
Гарнир – 100-150-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Балық – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тағам – 200гр
Тірімшік – 7-9-12гр
Шұжық – 7-18-25гр
Жемістер – 187-195-250гр
Май қаймақ – 26-37-50гр

Масса порция на одного р
Каша, овощное, творожное блюдо – 150-20
Первое блюдо – 200-25
Гарнир – 100-15
Мясо, котлета – 80-11
Рыба – 25
Салат – 60-1
Третье блюдо
Сыр –
Колбаса –
Фрукты – 187-
Масло сл. –

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Суп молочный вермишелевый
2. Хлеб с маслом
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. Салат «морковь по – норейски»
2. Рассольник со сметаной
3. Плов
4. Хлеб
5. Сок, яблоки

Күндізгі ас / Полдник

1. Печенье
2. Сухарики
3. Какао сладкий на молоке

Кешкі ас / Ужин

1. Консервированные огурцы
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра:

Бас аспазшы / Шеф повар:

Токаева Н.Т.

Вайсова А.Н.









