



Директор / Утверждаю
С.П. Белинская

10.05.2023г.з.

Нормы пищи для одного ребенка:
Биток, котлеты, суфле, таган - 150-200-250г
Первый таган - 200-250-300г
Гарнир - 100-150-180г
Ет, котлета - 80-100-120г
Биток - 25-40-55г
Салат - 60-100-150г
Ушши таган - 200г
Третье блюдо - 7-9-12г
Шұжык - 7-18-25г
Жеңістер - 187-195-250г
Май қоймақ - 26-37-50г

Масса порции на одного ребенка:
Каша, машиное, творожное блюдо - 150-200-250
Первое блюдо - 200-250-300
Гарнир - 100-150-180
Мясо, котлета - 80-100-120
Рыба - 25-40-55
Салат - 60-100-150
Третье блюдо - 7-9-12
Сыр - 7-9-12
Колбаса - 7-18-25
Фрукты - 187-195-250
Масло сл. - 26-37

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша манная пшеничная
2. Хлеб с маслом
3. Чай сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. Салат картофельный с луком
2. Борщ
2. Перловая каша с гуляшом
3. Хлеб
4. Сок
5. Яблоки

Күндізгі ас / Полдник

1. Печенье, сухарики
2. Какао сладкий с молоком
3. Яблоки

Кешкі ас / Ужин

1. Квашеная капуста с луком
2. Плов
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра

Т. Айсә Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар

Баикова А.Н.









