

Бекіту / Утверждено
С.П. Белогородский

11.05.2023 ж. / г.

Первый завтрак / Первый завтрак:
Ветчина, колбаса, сыр, хлеб - 150-200-250 гр
Каша, молоко - 200-250-300 гр
Гарнир - 100-140-180 гр
Чай, сахар - 80-100-120 гр
Булочка - 25-40-55 гр
Салат - 40-100-150 гр
Ужинная каша - 200 гр
Грибы - 7-9-12 гр
Шушма - 7-10-25 гр
Жареное - 187-195-200 гр
Май майонез - 26-37-50 гр

Мясной завтрак из колбасы и хлеба:
Каша, молоко, сахар, хлеб - 150-200-250 гр
Первый завтрак - 200-250-300 гр
Гарнир - 100-140-180 гр
Мясной завтрак - 80-100-120 гр
Рыба - 25-40-55 гр
Салат - 40-100-150 гр
Третий завтрак - 200 гр
Чай - 7-9-12 гр
Колбаса - 7-10-25 гр
Фрукты - 187-195-200 гр
Мясной салат - 26-37-50 гр

Ертенгілік ас / Завтрак

1. Кофе молочно-манный
2. Хлеб с маслом
3. Чай сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Сухарики
3. Сал

Түскі ас / Обед

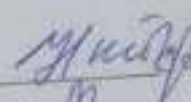
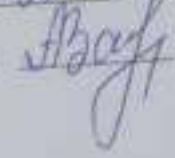
1. Салат «Витаминный»
2. Уха
2. Гречневая каша с гуляшом
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

Күндізгі ас / Полдник

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

Кешкі ас / Ужин

1. Лук дольками
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Кофе сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:  Байсова Н.Г.
Бас аспазшы / Шеф повар:  Байсова А.Н.









