

18.05.2023ж./г.

Порция едісі бір балаға:
Ботқа, қантос, құйбе тағамы – 150-200-250г
Бірінші тағам – 200-250-300г
Екінші – 100-140-180г
Ет, қотлеті – 80-100-120г
Балық – 25-40-55г
Салат – 60-100-150г
Үшінші тағам – 200г
Тірімшік – 7-9-12г
Шұжық – 7-18-25г
Жемістер – 187-195-250г
Май қаймақ – 26-37-50г

Маса порция на одного ребенка:
Каша, кашанос, творожное блюдо – 150-200-250г
Первое блюдо – 200-250-300г
Екінші – 100-140-180г
Мясо, котлеті – 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 овсяная
2. Хлеб с маслом
3. Мед
4. Чай сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Сухарики
3. Сок

Түскі ас / Обед

1. Салат «витаминный»
2. Суп фасолевый
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. Консервированные огурцы
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Какао сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра: _____ Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар: _____ Вайсова А.Н.









