

22.05.2023ж./г.

Порция елсе бір балата:
Ботка, кеконіс, сузбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-150-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Бауық – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тағам – 200гр
Ірімшік – 7-9-12гр
Шұжық – 7-18-25гр
Жемістер – 187-195-250гр
Май каймақ – 26-37-50гр

Масса порция на один
Каша, овсяное, творожное блюдо – 1
Первое блюдо – 2
Гарнир – 1
Мясо, котлета –
Рыба –
Салат –
Третье –
С –
Колбаса –
Фрукты –
Масло –

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная пшеничная
2. Хлеб с маслом
3. Мед
4. 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 «чиполлино»
2. Борщ
2. Картофельное пюре с гуляшом
3. Хлеб
4. Сода

Күндізгі ас / Полдник

1. Печенье, сухарики
2. Молоко

Кешкі ас / Ужин

1. Консервированные огурцы
2. Отварные макароны с гуляшом
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра:

Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:

Вайсова А.Н.









