



Бекіту / Утвержда
С.П. Белинск

27.05.2023ж./г.

Порция есіеі бір балаға:

Ботқа, көкөніс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр

Бірінші тағам – 200-250-300гр

Гарнир – 100-150-180гр

Ет, котлета – 80-100-120гр

Балық – 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 одного ребенка

Каша, овощное, творожное блюдо – 150-200-250

Первое блюдо – 200-250-300

Гарнир – 100-150-180

Мясо, котлета – 80-100-120

Рыба – 25-40

Салат – 60-100-150

Третье блюдо – 200

Сыр – 7-9

Колбаса – 7-18

Фрукты – 187-195

Масло сл. – 26-37

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная рисовая
2. Хлеб с маслом, отварной колбасой
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Сладкая картошка, сухарики
2. Чай сладкий с молоком

Түскі ас / Обед

1. Салат картофельный с луком
2. Суп «солянка»
2. Манты
3. Хлеб
4. Компот из сухофруктов

Күндізгі ас / Полдник

1. Вермишелевая запеканка
2. Чай сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Квашеная капуста с луком
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Сок

Диетбике / Диет сестра:

Токаева Н.Г.

Бас аспазшы / Шеф повар:

Вайсова А.Н.









