

03.05.2023 ж. / г.

Первый этап: бір баланы
Басты, кысқыс, сууе таама - 150-200-250 гр
Биринчи таама - 200-250-300 гр
Гарнир - 100-150-180 гр
Кт. козгет - 80-100-120 гр
Калмак - 25-40-55 гр
Салат - 60-100-150 гр
Ушунчи таама - 200 гр
Тримши - 7-9-12 гр
Шужак - 7-18-25 гр
Жемистер - 18-19-25 гр
Май каймак - 26-37-50 гр

Масса парши на одного ребенка:
Каша, овсяное, творожное блино - 150-200-250 гр
Первое блино - 200-250-300 гр
Гарнир - 100-150-180 гр
Месо, котлета - 80-100-120 гр
Рыба - 25-40-55 гр
Салат - 60-100-150 гр
Третье блино - 200 гр
Сыр - 7-9-12 гр
Колбаса - 7-18-25 гр
Фрукты - 18-19-25 гр
Масло сл. - 26-37-50 гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная манная
2. Хлеб с маслом
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

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

Түскі ас / Обед

1. Салат «чиполлино»
2. Рассольник
2. Ячневая каша с гуляшом
3. Хлеб
4. Сок
5. Яблоки

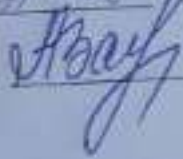
Күндізгі ас / Полдник

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

Кешкі ас / Ужин

1. Квашеная капуста с луком
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Компот из сухофруктов

Диетбике / Диет сестра:  Такаева Н.Т.

Бас аспазшы / Шеф повар:  Ваикова А.Н.









