



Бекіту / Утверждаю
С.П. Белинская

18.09.2023ж.г.

Порция есіеі бір балаға:

Ботқа, көкөніс, сүзбе тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, котлета – 80-100-120гр
Балық – 20-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Үшінші тағам – 200гр
Ірімшік – 7-9-12гр
Шұжық – 7-18-25гр
Жемістер – 187-195-250гр
Май қаймақ – 26-37-50гр

Масса порции на одного ребенка:

Каша, овошное, творожное блюдо – 150-200-250гр
Первое блюдо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Мясо, котлета – 80-100-120гр
Рыба – 20-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третье блюдо – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Колбаса – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масло сл. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каша молочная пшеничная
2. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
3. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Печенье
2. Хлеб
3. Кефир с сахаром
4. Яблоки

Түскі ас / Обед

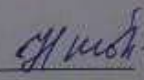
1. Салат свекольный с чесноком
2. Рассольник
3. Ячневая каша с гуляшом
4. Хлеб
5. Компот из сухофруктов

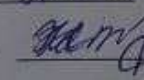
Күндізгі ас / Полдник

1. Пирожки с напустой
2. Чай сладкий с молоком

Кешкі ас / Ужин

1. Огурцы консервированные
2. Жаркое по-домашнему
3. Хлеб с маслом
4. Сок

Диетбике / Диет-сестра:  Токаева Н.Г.

Бас-аспазшы / Шеф-повар:  Жусупова Г.К.









