

26.09.2023ж./г.

Порция елісі бір баласы:
Ботқа, қосымша, ұяйға тағамы – 150-200-250гр
Бірінші тағам – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Ет, қолдета – 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 қаймақ – 26-37-50гр

Масса порция ии одного ребенка:
Каши, овощные, тапрынды баласы – 150-200-250гр
Первое блюдо – 200-250-300гр
Гарнир – 100-140-180гр
Мясо, колдета – 80-100-120гр
Рыба – 25-40-55гр
Салат – 60-100-150гр
Третье блюдо – 200гр
Сыр – 7-9-12гр
Колбасы – 7-18-25гр
Фрукты – 187-195-250гр
Масло сл. – 26-37-50гр

Ертеңгілік ас / Завтрак

1. Каши молочная манная
2. Хлеб с маслом
3. Отварное яйцо
4. Кофе сладкий с молоком

Тал түсті ас / Второй завтрак

1. Вафли
2. Сухарики
3. Компот из сухофруктов
4. Яблоки

Түскі ас / Обед

1. Салат «бордо»
2. Уха
3. Гречневая каша с гуляшом
4. Хлеб
4. Чай сладкий с лимоном

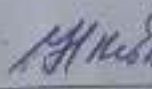
Күндізгі ас / Полдник

1. Бутерброд с маслом, сыром, отварной колбасой
2. Какао сладкий на молоке

Кешкі ас / Ужин

1. Салат «овощной»
2. Ханума с подливом
3. Хлеб с маслом
4. Чай сладкий с молоком

Диетбике / Диет сестра:

 Т. Н. Т. Т.

Бас аспазшы / Шеф повар:

 Жусупова Г.К.









