

Утверждаю
Заведующая школьной столовой



20.10.2025

АС МӘЗІРІ (жаз-күз)/ МЕНЮ(лето-осень. 4и/1а)

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Салат морковь с сыром	60	80	100	морковь	55	66	92
				сыр полутвердый	15	20	25
				масло растительное	3	5	5
				йодированная соль	0,1	0,1	0,1
Гречневая каша с овощами и птицей	200	220	250	филе курицы	80	85	89
				греча	32	35	40
				капуста белокочанная	36	38	38
				морковь	19	21	21
				лук репчатый	8	8	8
				масло растительное	3	3	3
				кабачки	24	24	28
				томатная паста	2	3	3
Молоко	150	200	200	йодированная соль	0,2	0,2	0,2
Яблоко / фрукт по сезону	120	120	120	молоко	150	200	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	яблоко	120	120	120
				хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

Асхана жетекшісі *С. Кусмоческо* *КК*
Медбике *Г. Велесев* *М*

