Утверждаю

Утверждаю
Заведующая школьной столовой

## АС МӘЗІРІ (жаз-күз)/ МЕНЮ(лето-осень 1н/3д)

26.11.2025

| 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 из капусты белокочанной с фасолью и морковью | 60 | 80 | 100 | капуста белокочанная | 32 | 44 | 54 |
| | | | | морковь | 9 | 11 | 14 |
| | | | | фасоль красная | 8 | 10 | 13 |
| | | | | масло растительное | 4 | 4 | 5 |
| | | | | йодированная соль | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Куриные палочки | 70 | 90 | 100 | филе курицы | 61 | 71 | 82 |
| | | | | пшеничный хлеб | 5 | 7 | 9 |
| | | | | мука пшеничная 1 сорт | 3 | 6 | 9 |
| | | | | яйцо куриное | 20 | 20 | 20 |
| | | | | молоко 2,5% | 5 | 6 | 7 |
| | | | | панировочные сухари | 4 | 7 | 9 |
| | | | | масло сливочное | 1 | 1 | 2 |
| | | | | йодированная соль | 0,1 | 0,2 | 0,2 |
| Соус сметанный | 20 | 20 | 20 | сметана | 10 | 10 | 10 |
| | | | | мука 1 сорт | 2 | 2 | 2 |
| | | | | масло сливочное | 2 | 2 | 2 |
| Пюре из гороха | 130 | 150 | 180 | горох лушеный | 60 | 70 | 85 |
| | | | | масло сливочное | 4 | 5 | 5 |
| | | | | йодированная соль | 0,2 | 0,2 | 0,2 |
| Напиток Денсаулык (яблоко) | 200 | 200 | 200 | лимон | 20 | 20 | 20 |
| | | | | яблоко | 60 | 60 | 60 |
| | | | | сахар | 3 | 3 | 3 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 50 | 50 | хлеб ржано-пшеничный | 30 | 50 | 50 |

Асхана жетекшісі Е. Кушченко

Медбике Г. Беленова