

Утверждаю
Заведующая школьной столовой



17.12.2025

АС МЭЗІРІ (кыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3н/3д)

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 белокочанной капусты с яблоком	60	80	100	капуста белокочанная	32	46	55
				морковь	9	12	15
				яблоки свежие	15	20	25
				лук репчатый	3	4	5
				масло растительное	3	4	5
				йодированная соль	0,1	0,2	0,2
Куриная грудка с овощами	70	90	100	филе курицы	70	75	75
				морковь	16	19	20
				лук репчатый	12	15	17
				томатная паста	3	3	3
				сладкий перец	17	19	20
				масло сливочное	3	3	3
				йодированная соль	0,2	0,2	0,3
Макароньы отварные	130	150	180	макароньы	46	53	63
				йодированная соль	0,1	0,2	0,3
Напиток из шиповника	200	200	200	масло сливочное	5	5	5
				шиповник	30	30	30
Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50	сахар	3	3	3
				хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

Асхана жетекшісі С. Рысметова КЖ
Медбике Г. Белесова Бел

