

Утверждаю  
Заведующая школьной столовой



АС МӘЗІРІ (кыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/4д)

08.01.2026

| Тагамдардын атауы / Наименование | Тагамнын шыгуы / Выход блюда, г<br>7-10 жас / лет | Тагамнын ингредиенттері / Ингредиент | Нетто, г       |                 |                 |
|----------------------------------|---|--------------------------------------|----------------|-----------------|-----------------|
|                                  |   |                                      | 7-10 жас / лет | 11-14 жас / лет | 15-18 жас / лет |
| Салат из капуст и моркови        | 60  | капуста                              | 34             | 45              | 50              |
|                                  |   | морковь                              | 19             | 38              | 38              |
|                                  |   | лук                                  | 15             | 21              | 21              |
|                                  |   | лимон                                | 2              | 1               | 1               |
|                                  |   | масло                                | 3              | 5               | 3               |
|                                  |   | йодированн                           | 0,1            | 0,1             | 0,1             |
| Фишболы из минтая                | 70  | филе минтая                          | 74             | 75              | 98              |
|                                  |   | хлеб пшеничный                       | 5              | 8               | 10              |
|                                  |   | лук репчатый                         | 5              | 8               | 10              |
|                                  |   | сухари панир                         | 13             | 15              | 20              |
|                                  |   | яйцо куриное                         | 5              | 5               | 7               |
|                                  |   | йодированна                          | 0,1            | 0,1             | 0,1             |
|                                  |   | масло растит                         | 1              | 3               | 1               |
|                                  |   | молоко                               | 10             | 10              | 10              |
| Соус молочно-томатный            | 20  | мука 1 сорт                          | 3              | 3               | 3               |
|                                  |   | масло                                | 3              | 3               | 3               |
|                                  |   | томатная                             | 3              | 3               | 3               |
|                                  |   | молоко                               | 10             | 10              | 10              |
| Картофельно-морковное пюре       | 130   | картофель                            | 93             | 108             | 111             |
|                                  |   | морковь                              | 48             | 57              | 63              |
|                                  |   | молоко                               | 40             | 15              | 25              |
|                                  |   | масло сливоч                         | 8              | 8               | 8               |
|                                  |   | йодированн                           | 0,2            | 0,3             | 0,3             |
| Яблоко / фрукт по сезону         | 120   | яблоко                               | 120            | 120             | 120             |
| Компәт из сухофруктов с сахаром  | 200   | сухофрукты                           | 20             | 20              | 20              |
|                                  |   | сахар                                | 3              | 3               | 3               |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 30  | хлеб ржано-пшеничный                 | 30             | 50              | 50              |

Асқала жетекшісі С. Құсманғалиев ҚҚ  
Медбике Д. Билепова ББЧ

