

Маннабас Т...

10

Утверждаю
Заведующая школьной столовой



Утверждаю

17.02.2026

АС МЭЗІРІ (кыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3и/2д)

7-10 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ежики из говядины	70	13,2	4,5	6,6	184,5
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Картофельно-морковное пюре	130	2,4	4,7	12,6	161,8
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5

11-14 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ежики из говядины	90	16	5,9	11,9	199,9
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Картофельно-морковное пюре	150	2,7	7,3	14,5	200,8
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,4	18,3	90

15-18 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ежики из говядины	100	19,5	6,4	20,1	225,6
Соус сметанный	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Картофельно-морковное пюре	180	3,1	6,5	16,7	261,8
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	3	0,4	18,3	90

Асхана жетекшісі А. Қулиманов
 Мелбике Т. Бексенова

