



БЕКІТЕМІН:

М. Сиранов атындағы

орта мектеп директоры:

С. Ешмуханбетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі

Ас мәзірі

II апта

4 – күн

Күні	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 – 18лет	
4 күн	Котлеты рыбные	50	60	70	Филе судака , хлеб пшеничный, молоко, сухари,масло растительное
	С подливой	15	15	15	Масло сливочное , марковь , лук репчатый , мука пшеничная , томатная паста
	Гарнир рис припущенный	100	130	150	Рис , масло сливочное, бульон
	Компот из смеси сухофруктов с VII C	200	200	200	Сухофрукты ,сахар, VII C .
	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный

Аспазшы: А. Абуғалиева



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ
БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

М.С.Сүлейпов атындағы мемлекеттік университеті
Алматы
Наука
(07.10 - 11.10.2024)

Күні	Тағам атауы	Шама (бөлім, г)			Тағам құрамы
		1-ші күн	10-11 күн	15 - 18 күн	
1 күн	Филе куринесі	80/20	80/20	80/20	Филе куринесі
	Тыныштық пастасы				Тыныштық пастасы
	Тартыр ұрпаққа	100	130	130	Мука, растительное масло, сливочное
	Дәмдік	200	200	200	Крупа, растительное, сливочное
	Чай с сахаром және лимон				Чай, лимон, сахар, вода
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Пшеница
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
2 күн	Салат макаронмен	40	60	70	Макарон, сахар, масло, растительное
	Котлетты мейізге	60	70	80	Говядина, картошка, хлеб пшеничный, молоко, сахар, растительное
	Тартыр макаронмен	100	130	130	Макарон, маис, сливочное
	С. подливой	15	15	15	Масло сливочное, маринад, лук репчатый, мука пшеничная, томатная паста
	Кампот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
3 күн	Жаркое из домашнего говядина	200/50	200/50	200/50	Говядина, картофель, масло растительное, лук репчатый, томатная паста
	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата, сахар, вода, VIT C
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
4 күн	Котлетты рыбные	50	60	70	Филе судак, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	С. подливой	15	15	15	Масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста
	Тартыр рис припущенный	100	130	150	Рис, масло сливочное, бульон
	Кампот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный
5 күн	Суп гороховый	200	220	250	Говядина, картофель, лук репчатый, масло сливочное, маринад, горох, соль
	Запеканка	60	70	80	Творог, сахар, ванилин, масло сливочное, яйцо куриное, манная крупа
	Чай с сахаром и лимон	200	200	200	Чай, лимон, сахар, вода
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно-пшеничный

Аспазишы: А.Абукалиева
Әлеуметтік Педагог: А.Алиметова

