



БЕКТЕМІН:

М. Сиранов атындағы
орта мектеп директоры:
С. Ешмуханбетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі

ХЕ ҰЗІШІ

II анта

(9.12–13.12.2024)

Күн	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
1 күн	Филе курицы в томатном соусе	60/20	80/20	90/20	Филе курицы, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное
	Гарнир гречка рассыпчатая	100	130	150	Крупа гречневая, масло сливочное
	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай, лимон, сахар, вода
	Яблоко	150	150	150	Яблоко
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Салат из моркови	50	60	70	Морковь, сахар, масло растительное
2 күн	Котлеты мясные	60	70	80	Говядина, макоты, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	Гарнир макароны отварные	100	130	150	Макароны, масло сливочное
	С подливой	15	15	15	Масло сливочное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, томатная паста
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Жаркое по домашнему говядину	200/50	200/50	200/50	Говядина, картофель, масло растительное, лук репчатый, томатная паста
3 күн	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата, сахар, вода, VIT C
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Котлеты рыбные	50	70	70	Филе судака, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	С подливой	15	15	15	Масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста
	Гарнир рис придушенный	100	130	150	Рис, масло сливочное, бульон
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
4 күн	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Суп гороховый	200	220	250	Говядина, картофель, лук репчатый, масло сливочное, морковь, горох, соль
	Запеканка	60	70	80	Творог, сахар, ванилин, масло сливочное, яйцо куриное, манная крупа
	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай, лимон, сахар, вода
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный

Аспазы: А.Абугалиева

Әлеуметтік Педагог: А.Адиетова

