



БЕКІТЕМІН:

М. Сиранов атындағы
орта мектеп директоры:
С. Елімұхаббетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі

Ас мәзірі

II анға

4 – күн

Күні	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 – 18лет	
4 күн	Котлетғы 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
	Гарни-р 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. Аbugалиева



М. Сиратов атындағы орта мектебі
Мағары
Намта
(11.11 - 15.11.2024)

Күн	Тағамдар атауы	Балалар саны			Тағамдар құрамы
		7-10 жет	11-13 жет	14 - 18 жет	
1 күн	Филе сүрпіні және картоп отыра	60/20	80/20	90/20	Филе сүрпіні, томаттық паста, дух ретчатый.
	Гарнир гречка, рисомолотия	100	130	150	Мука пшеничная, масло сливочное
	Чай с сахаром и лимон	200	200	200	Крупа гречневая, масло сливочное
	Жылы	150	150	150	Чай, лимон, сахар, вода
	Хлеб ржаной - пшеничный	20	35	40	Жылы
					Хлеб ржаной пшеничный
2 күн	Салат из моркови	50	60	70	Морковь, сахар, масло растительное
	Котлетки мясные	60	70	80	Говядина, молоко, хлеб пшеничный, мука, сахар, масло растительное
	Гарнир макаронные отварные	100	130	150	Макаронные, масло сливочное
	С подливкой	15	15	15	Масло сливочное, морковь, дух ретчатый, мука пшеничная, томатная паста
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Хлеб ржаной - пшеничный	20	35	40	Хлеб ржаной пшеничный
3 күн	Жареное по домашнему говядина	200/50	200/50	200/50	Говядина, картофель, масло растительное, дух ретчатый, томатная паста
	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата, сахар, вода VIT C
	Хлеб ржаной - пшеничный	20	35	40	Хлеб ржаной пшеничный
4 күн	Котлетки рыбные	50	60	70	Филе судака, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	Суп гороховый	15	15	15	Масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста
	Гарнир рис припущенный	100	130	150	Рис, масло сливочное, бульон
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Хлеб ржаной - пшеничный	20	35	40	Хлеб ржаной пшеничный
5 күн	Суп гороховый	200	220	250	Говядина, картофель, дух ретчатый, масло сливочное, морковь, горох, соль,
	Запеканка	60	70	80	Творог, сахар, манка, масло сливочное, яйцо куриное, манная крупа
	Чай с сахаром и лимон	200	200	200	Чай, лимон, сахар, вода
	Хлеб ржаной - пшеничный	20	35	40	Хлеб ржаной пшеничный

Аспазы: А.Абугалиева
 Әлеуметтік Педагог : А.Адиетова

