

А С М

БЕКІТЕМІН:

М. Сиранов атындағы
орта мектеп директоры:
С. Ешмуханбетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі

Ас мәзірі

II апта

5 – күн

Күні	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15-18лет	
5 күн	Суп гороховый	200	220	250	Говядина, картофель, лук репчатый, масло сливочное, марковь, 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 ржаной пшеничный

Аспазшы: А. Абуралиева



М. Сиранов атындағы орта мектебі
 11 аяғы
 (11.11 - 15.11.2024)

Күн	Тағамдар кезеңі	Балалар санына қарай			Тағамдар кезеңі
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
1 күн	Филе қуырға және томатымен соус	60/20	80/20	90/20	Филе қуырға, 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
	Жылыз	150	150	150	Жылыз
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
2 күн	Салат из моркови	50	60	70	Морковь, сахар, масло растительное
	Котлеты мясные	60	70	80	Говядина, мясо, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	Гарнир макаронные отварные	100	130	150	Макаронные, масло сливочное
	С подливкой	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
3 күн	Жарное по домашнему 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 ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
4 күн	Котлеты рыбные	50	60	70	Филе судака, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	С подливкой	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 ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Суп гороховый	200	220	250	Говядина, картофель, лук репчатый, масло сливочное, морковь, горох, соль
5 күн	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

Аспазшы: А.Абугалиева
 Әлеуметтік Педагог: А.Адиетова

