

**БЕКТЕМІ:**

М. Сиранов атындағы  
орта мектеп директоры,  
С.Тіпмухамбетов

**М. Сиранов атындағы орта мектебі**

Ас мәзірі

Т апта

5 – күні

Күні	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 – 18лет	
5 күні	Суп домашня лапша	200	200	200	Говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, кеспе
	Запеканка	60	70	80	Творог, сахар, ванилин, яйцо куриное, масло сливочное, манная крупа
	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай, сахар, лимон
	Хлеб ржанно пшеничный	20	35	40	Хлеб ржанно пшеничный

Аспазшы: А. Абуғалиева



**БЕКІТЕМІН:**  
 М. Сиранов атындағы  
 орта мектеп директоры:  
 С. Ешмуханбетов

**М. Сиранов атындағы орта мектебі**

Ас мезгілі  
 Тапта  
 (18.11 – 22.11.2024)

Күнi	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 – 18 лет	
1 күн	Салат сәбізмен	50	60	70	Свекла, сахар, масло олиховое
	Плов говядина	200	230	250	Говядина мякоть, рис, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста
	Сок	150	150	150	Сок
2 күн	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Филе индейки в томатном соусе	60/20	80/20	90/20	Филе индейки, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное
	Гарнир макарона	100	130	150	Макарона, масло сливочное, соль
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
	Яблоко	150	150	150	Яблоко
3 күн	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Рагу говядина	200	230	250	Говядина, масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная
	Кисель с витамином С	200	200	200	Кисель из концентрата, сахар, вода, VIT C
4 күн	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Биточки куриные	60	70	80	Филе курицы, хлеб пшеничный, лук репчатый, молоко, сахар, масло растительное
	С подливой	15	15	15	Масло сливочное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, томатная паста
	Гарнир рис припущенный	100	130	150	Рис, масло сливочное
	Компот из смеси сухофруктов с VIT C	200	200	200	Сухофрукты, сахар, VIT C
5 күн	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный
	Суп домашняя лапша	200	200	200	Говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, кеспе
	Запеканка	60	70	80	Творог, сахар, ванилин, яйцо куриное, масло сливочное, манная крупа
	Чай с сахаром и лимоном	200	200	200	Чай, сахар, лимон
	Хлеб ржано – пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано пшеничный

Аспазшы: А.Абугалиева

Әлеуметтік педагог: А. Адиева

