



БЕКІТЕМІН:

М. Сиранов атындағы
орта мектеп директоры:
С. Ешмухамбетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі

Ас мәзірі

II апта

3 – күн

| Күні | Тағамдар атауы | Выход блюда, г | | | Тағамдар құрамы |
|-------|------------------------------|----------------|----------|------------|---|
| | | 7-10лет | 11-14лет | 15 – 18лет | |
| 3 күн | Жаркое по домашнему говядине | 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 С |
| | Хлеб ржано – пшеничный | 20 | 35 | 40 | Хлеб ржано пшеничный |

Аспазшы: А. Абуғалиева



БЕКІТІМНІ:
 М. Сиранов атындағы орта мектеп директоры
 С. Есімухамбетов

М. Сиранов атындағы орта мектебі
 Ас жаңы

II апта
 (23.12 – 27.12.2024)

| Күн | Тағамдар атауы | Выход блюда, г | | | Тағамдар құрамы |
|-------------------------|-------------------------------------|----------------|-----------|-------------|--|
| | | 7-10 лет | 11-14 лет | 15 – 18 лет | |
| 1 күн | Филе курини в томатном соусе | 60/20 | 80/20 | 90/20 | Филе курини, 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 |
| 2 күн | Салат из моркови | 50 | 60 | 70 | Морковь, сахар, масло растительное |
| | Котлеты мясные | 60 | 70 | 80 | Говядина, яйцо, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное |
| | Гарнир макаронные отварные | 100 | 130 | 150 | Макаронные, масло сливочное |
| | С подливой | 15 | 15 | 15 | Масло сливочное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, томатная паста |
| | Кампот 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 | 60 | 70 | Филе судака, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное |
| | С подливой | 15 | 15 | 15 | Масло сливочное, сметана, мука пшеничная, томатная паста |
| | Гарнир рис припущенный | 100 | 130 | 150 | Рис, масло сливочное, бульон |
| | Кампот из смеси сухофруктов с VIT C | 200 | 200 | 200 | Сухофрукты, сахар, VIT C |
| | Хлеб ржано – пшеничный | 20 | 35 | 40 | Хлеб ржано пшеничный |
| | 5 күн | Суп гороховый | 200 | 220 | 250 |
| 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

