

БЕКТЕМІН:

М. Сиранов атындағы

*С. Есімханбетов***М. Сиранов атындағы орта мектебі**

Ас мәзірі

II апта

4 – күн

Күні	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 – 18лет	
4 күн	Котлеты 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.
	Гарнир рис припущенный	150	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

Аспазы: А. Абугалиева



М. Сиранов атындағы орта мектеп директоры:
С. Ешмухамбетов

II айта
(28.11 - 29.11.2024)

Күн	Тағамдар атауы	Выход блюда, г			Тағамдар құрамы
		7-10лет	11-14лет	15 - 18 лет	
1 күн	Филе сурым 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 лимонном	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, мякоть, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное
	Гарнир макаронны отварные	100	130	150	Макаронны, 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, говядина	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 пригущенный	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 лимонном	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

Аспазиы: А.Абуғалиева
Әлеуметтік Педагог: А.Алиетова

