

Мәзір/Меню

05.02.2026 жылға/05.02.2026 г.

Тегін тамақтану кешені /комплекс по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы,г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда 7-10 лет
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет	
1 апта/1 неделя 4– ші күн/ 4-й день				
қырыққабат,сәбіз және алма қосылған/салат из капусты белокочанной и яблок	60	80	100	қырыққабат/капуста белокочанная
				сәбіз/морковь
				алма/яблоки свежие
				Сұйық май/масло растительное йодталған тұз/йодированная соль
қызғылт лосось құлақтары /уха из горбуши	200	250	300	балык/горбуша
				тары жармасы/крупа пшено
				пияз/лук репчатый
				картоп/картофель йодталған тұз/йодированная соль
ірімшік қосылған сәндвич тоқаш/булочка бутербродная с сыром/ бутерброд с сыром	50	50	50	жоғары сортты ұн/мука пшеничная высшего сорта
				жоғары сұрыпты бидай ұны (сұрыпта)/мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)
				сары май/масло сливочное
				қант/сахар
				жұмыртқа/яйцо
				сүт 2,5 % /молоко 2,5 %
				қатты ірімші/сыр твердый
				ашытқы/дрожжи прессованные
				ванилин /ванилин
				йодталған тұз/йодированная соль жұмыртқа/яйцо
Жаңа піскен алмадан компот /Компот из сухофруктов с сахарам	200	200	200	кептілірген жеміс/сухофрукты
				қант/сахар
"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"/"Қара бидай наны- ақ бидай\бидай	30	50	50	"Қара бидай наны- ақ бидай\бидай /"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

