

Мәзір/Меню

17.04.2026 жылға /17.04.2026 г

Тегін тамақтану кешені /комплексе по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюда	Ыдыстың шығымы, г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда
	7- 10лет	11- 15лет	16- 18лет	
Запта/3 неделя 5 – ші күн /5-й день				
Сыыр етінен/ жылқы етінен палау/Плов из (говядина/копина)	200	220	250	тауық еті/филе курицы
				күріш/рис
				өсімдік майы /масло растительное
				сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				йодталған тұз/йодированная соль
яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	алма/яблоко
чай с молоком и сахаром	200	200	200	жоғары сортты шай/чай высшего сорта
				Сүт 2,5% /молоко 2,5%
				қант/сахар
"Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный"	30	50	50	"Қарабидайнаны акбидайнаны/ "Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный"

