



Мәзір/Меню

22.04.2026 жылға / 22.04.2026 г

Тегін тамақтану кешені / комплекс по бесплатному питанию

Тағамдарды атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы, г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда
	7- 10лет	11- 15лет	16- 18лет	
4 апта/4 неделя 3 – ші күн/3-й день				
филе куриное в сметанном соусе/қаймақ тұздығынд ағытауыкеті	70	90	100	тауыкеті /филе курицы
				сары май/масло сливочное
				қаймақ/сметана
				"жоғары бидай ұны сорттары"/"мука пшеничная высшего сорта"
				йодталған тұз/йодированная соль
рис рассыпчатый с овощами/көкөністермен ұсақталған күріш	130	150	180	күріш жармасы /крупа рисовая
				сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				сұйық май/масло растительное
				йодталған тұз /йодированная соль
Какао с молоком /сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы /какао-порошок
				сүт/молоко
				қант / сахар
яблоко/ фрукт по сезону / алма	120	120	120	алма /яблоко
"Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный"/"Қарабидайнан ақ бидайнан аны	30	50	50	"Қарабидайнан ақ бидайнан ақ ржано-пшеничный\пшеничный"

