



Мәзір/Меню

30.04.2026 жылға/ 30.04.2026 г

Тегін тамақтану кешені / комплекс по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюда	Ыдыстың шығымы, г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда 7-10 лет
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	
Запқа/ 3 неделя 4-ші күн/ 4-й день				
қырыққабат, сәбіз және алма қосылған/салат из капусты белокачанной яблоком	60	80	100	қырыққабат/капуста белокачанная
				сәбіз/морковь
				алма/яблоки свежие
				Сұйық май/масло растительное йодталған тұз/йодированная соль
қызғылт лосось құлақтары /Уха из горбуши	200	250	300	балық/горбуша
				тары жармасы/крупя пшено
				пияз/лук репчатый
				картоп/картофель
ірімшік қосылған сэндвич тоқаш/булочка бутербродная с сыром/ бутерброд с сыром	50	50	50	йодталған тұз/йодированная соль
				жоғары сортты ұн/мука пшеничная высшего сорта
				жоғары сұрыпты бидай ұны (сұрыпта)/ука пшеничного высшего сорта (на подпыл)
				сары май/масло сливочное
				қант/сахар
				жұмыртқа/яйцо
				сүт 2,5 % /молоко 2,5 %
				қатты ірімшік/сыр твердый
				ашытқы/дрожжи прессованные
				ванилин /ванилин
				йодталған тұз/йодированная соль
жұмыртқа/яйцо				
Жаңа піскен алмадан компот /Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200	кептірілген жеміс/сухофрукты
				қант/сахар
"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"/"Қарабидайнанань- ақбидай\бидай"	30	50	50	"Қарабидайнанань- ак бидай\бидай /"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

