



Мәзір/Меню

13.05.2026 жылға /на 13.05.2026 г

Тегін тамақтану кешені/ Комплексе 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	16-18 лет	
3 апта/ 3 неделя 3 – ші күн/3-й день				
бұқтырылған макарон/макарони отварные	130	150	180	макарон/макарони
				йодталған тұз/йодированная соль сары май/масло сливочное тауық еті/филе курицы
көкөністер қосылған тауықтың төс еті/куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100	сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				томат пастасы/томатная паста
				тәтті бұрыш/сладкий перец
				сары май/масло сливочное
				қатты ірімшік /сыр твердый
				йодталған тұз/йодированная соль
"Денсаулық" шырыны/ напиток "Денсаулық"	200	200	200	лимон/лимон
				алма/яблоко
				қант/сахар
"қарабидайнанань- ақ бидай\бидай" / "хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"	30	50	50	"қарабидайнанань- ақ бидай\бидай" / "хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

