

КЕЛІСІЛДІ

№20 мектеп-гимназиясының

директоры

Тохан М

«20» 2025 г.

БЕКІТЕМІН

ИП «Шабанова Г.Х.»

Шабанова Г.Х.

«20» 2025

4 апталық перспективалық мәзір (жаз-күз)

IV – апта

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Ірімшік қосылған сәбіз салаты	60	80	100
Көкөніс пен құс қосылған қарақұмық ботқасы	200	220	250
Сүт	100	100	100
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр еті бар жалқау көгершіндер	200	220	250
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Гарнирлеу - жасыл бұршақ	30	30	30
Жаңа піскен алмадан жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
3 – күн			
Бұршақ және қияр қосылған салат	60	80	100
Көкөністері бар тауық кеудесі	70	90	100
Пісірілген макарондар	130	150	180
Алма лимонының сусыны	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Балық тефтельдері	70	90	100
Сүт-томат тұздығы	20	20	20
Картоп-сәбіз пюресі	130	150	180
Гарнирлеу - жасыл бұршақ	30	30	30
Сусын Денсаулық (алма)	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
5 – күн			
Нан салмасы	200	220	250
Құрғақ жемістерден жасалған компот	200	200	200
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50