

4 апталық перспективті ас мәзірі (қыс-көктем)

I – апта

Тағамның атауы	Шығу, гр		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
Плов тауық етінен	200	220	250
Какао сүтпен	200	220	250
Алма	120	120	120
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
2 - күн			
Сиыр етінен митболдар	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Картоп езбесі	130	150	180
Шырын	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	20	35	40
3 – күн			
Тауық етімен көкеністер және сыр	70	90	100
Макарон	130	150	180
Сүтпен шай	200	200	200
Алма	120	120	120
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Алма мен қырыққабат салаты	60	80	100
Уха горбушадан	200	250	300
Бутерброд сырмен	50	50	50
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
5 – күн			
Бутерброд сырмен	65	65	65
Гуляш сиыр етінен	70	90	100
Қарақұмық	130	150	180
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50


БЕКІТЕМІН
«Бірлестік ауылының ЖОББМ»
КММ директоры: Есмагулова Л.К.

4 апталық перспективті ас мәзірі (қыс-көктем)

II – апта

Тағам атауы	Шығуы, гр		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
Тауық еті	70	90	100
Күріш	130	150	180
Алма	120	120	120
Сүт және қантпен шай	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр етінен ежиктар	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Макарон	130	150	180
Кампот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
3 – күн			
Тауық етінен қуырдақ (картоппен)	200	220	250
Какао сүтпен	200	200	200
Алма	120	120	120
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Балық каштандары	70	90	100
Қарақұмық көкөністермен	130	150	180
Қаймақ соусы	20	20	20
Кампот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
5 – күн			
Жасыл бұршақ пен етпен сорпа	200	250	300
Пісірілген көкөністерден салат	60	80	100
Шырын	200	200	200
Ватрушка	50	50	50
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50


БЕКІТЕМІН
«Бірлестік ауылының ЖОББМ»
КММ директоры: Есмагулова Л.К.

4 апталық перспективті ас мәзірі (қыс-көктем)

IV – апта

Наименование блюд	Выход блюда, гр		
	7-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
тауық етімен плов	200	220	250
Шай сүтпен	200	200	200
Алма	120	120	120
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
2 – день			
Митболдар	70	90	100
Қаймақ соусы	20	20	20
Картоп езбесі	130	150	180
Қырыққабат және алма салаты	60	80	100
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
3 – день			
Қаймақ тұздығында тауық еті	70	90	100
Күріш пен көкөністер	130	150	180
Алма	120	120	120
Сүтпен какао	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
4 – день			
Балық фишболдары	70	90	100
Қарақұмық көкөністермен	130	150	180
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
5 – день			
Макарон және етпен суп	200	250	300
Пісірілген көкөністер салаты	60	80	100
Ватрушка	50	50	50
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50



БЕКІТЕМІН

«Бірлестік ауылының ЖОББМ»

КММ директоры: Есмагулова Л.К.

4 апталық перспективті ас мәзірі (қыс-көктем)

III – апта

Тағам атауы	Шығуы , гр		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
Тауық етімен және көкөністерден рагу	200	220	250
Алма	120	120	120
Сүтпен какао	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
2 – день			
Сиыр етімен ежиктар	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Картоп және сәбіз езбесі	130	150	180
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
3 – день			
Тауық етімен көкөністер, сыр	70	90	100
Макароны	130	150	180
Шырын (шиповник)	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
4 – день			
Қырыққабат және алма салаты	60	80	100
Горбушадан уха	200	250	300
Бутерброд сырмен	50	50	50
Компот	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50
5 – день			
Сиыр етінен плов	200	220	250
Алма	120	120	120
Сүтпен және қантпен шай	200	200	200
Қара бидай немесе бидай наны	30	50	50