

«Бекітемін»

Атырау облысы Білім беру  
басқарма басшысының м.а.

  
А. Дүйсекенова  
« 09 » 09 2022 ж.

№34 көп салалы мектеп-гимназиясы

### Ас мәзірі (меню)

1 апта

1-күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтке піскен тары ботқасы (пшено)	200	230	250	Тары	60	75	90
				Сүт	100	120	150
				Сары май	10	12	16
				Қант	15	17	19
				Йодталған тұз	1	1	2
				Су	100	120	130
Алма	150	150	150	Алма	150	150	150
С дәруменімен шай	200	200	200	Шай	2	2	2
				Қант	10	10	10
				Дәрумен С	0,025	0,025	0,025
				Су	218	218	218
Нан	30	40	50	Нан	30	40	50
Калориялығы, ккал					127	163	187
Бағасы	268 теңге						

Мектеп директоры:



О.Хуандыкова