

КЕЛІСІЛДІ

№20 мектеп-гимназиясының

директоры

Тохан.М.

2025 ж.

БЕКІТЕМІН

ИП «Шабанова Г.Х.»

Шабанова Г.Х.

«29» 09 2025 ж.

4 апталық перспективалық мәзір (жаз-күз)

I – апта

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Гарнирлеу - жасыл бұршак	30	30	30
Құс еті	200	220	250
Сиыр сүті	150	200	200
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай/бидай наны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр етінен жасалған митболдар	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Көкөністен жасалған рагу	130	150	180
Қара бидай/бидай наны	30	50	50
Жаңа піскен алма мен мейізден жасалған компот	200	200	200
3 – күн			
Бұршак және сәбіз қосылған ақ қырыққабаттан жасалған салат	60	80	100
Пісірілген тауық таяқшалары	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Бұршак пюресі	130	150	180
Сусын Денсаулық (алма)	200	200	200
Қара бидай/бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Минтайдан жасалған фишболдар	70	90	100
Сүт-томат тұздығы	20	20	20
Картоп-сәбіз пюресі	130	150	180
Гарнирлеу - жасыл бұршак	30	30	30
Итмұрын сусыны	200	200	200
Қара бидай/бидай наны	30	50	50
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
5 – күн			
Дәруменді салат (алма)	60	80	100
Тұздықтан пісірілген сиыр еті	70	90	100
Шырындар\макарон өнімдері	130	150	180
Сүтті какао	200	200	200
Қара бидай/бидай наны	30	50	50