**2022-2023 жылы бастауыш 1-4, 5-10 сыныптар бойынша ыстық тамақ**

**АС МӘЗІРІ**

**1-күн**  **"17" сәуір 2023 ж**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тағамның атауы** | **Тағамның өлшемі** | **Тағам құрамы** | **Брутто, г** |
| **7-10 жас** | **11-14 жас** | **15-18 жас** |  | **7-10 жас** | **11-14 жас** | **15-18 жас** |
| Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен      | 60  | 80 | 100 | Сиыр еті | 80,3 | 107 | 151 |
| сәбіз | 20  | 25 | 30 |
| Қызанақ пастасы  | 3  | 3  | 3 |
| пияз  | 22 | 25 | 27 |
| Бидай ұны | 8  | 9 | 12 |
| тұз  | 1,5  | 2 | 2 |
| Күнбағыс майы | 6  | 8 | 10 |
| Гарнир: қарақұмық  | 100  | 130  | 150 | қарақұмық | 48  | 62 | 71 |
| тұз  | 1,5  | 2 | 2 |
| сары май  | 4  | 5 | 6 |
| Қырыққабат салаты  | 60 |  80 |  100 | сәбіз  | 18  | 24 | 30 |
| көкжуа  | 8  | 8 | 8 |
| тұз  | 1,5  | 2 | 2 |
| Күнбағыс майы | 5  | 7 | 9 |
| қырыққабат | 41  | 55 | 69 |
| Шырын  | 200  | 200 | 200 | шырын | 200 | 200 | 200 |
| Ірімшік | 10 | 10 | 10 | Іірімшік | 10 | 10 | 10 |
| Қара бидай наны  | 10 | 10 | 20 | Қара бидай наны | 10  | 10  | 20 |
| Бидай наны  | 10  | 25  | 20 | Бидай наны | 10  | 25 | 20 |

Әлеуметтік педагог С.Байқуатова

Медбике Г.Төребаева