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

**АС МӘЗІРІ**

**2-күн " 18"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** |
| Тауық еті мен палау | | 150/50 | 180/50 | 200/50 | Тауық еті | 119 | 159 | | 199 |
| Күріш жармасы | 51 | 70 | | 82 |
| Күнбағыс майы | 8 | 10 | | 11 |
| тұз | 1,5 | 2 | | 2 |
| пияз | 9 | 11 | | 12 |
| сәбіз | 14 | 17 | | 19 |
| Сәбіз және алма салаты | | 60 | 80 | 100 | Қызанақ пастасы | 5 | | 5 | 5 |
| сәбіз | 48 | | 64 | 80 |
| алма | 14 | | 18 | 23 |
| қант | 2 | | 3 | 4 |
| Көк жуа | 8 | | 8 | 19 |
| тұз | 1,5 | | 2 | 2 |
| Күнбағыс майы | 5 | | 5 | 5 |
| Компот каркадэ | | 200 | 200 | 200 | қант | 10 | | 10 | 10 |
| каркадэ | 20 | | 20 | 20 |
| Қара бидай наны | | 10 | 10 | 20 | Қара бидай наны | 10 | 10 | | 20 |
| Бидай наны | | 10 | 25 | 20 | Бидай наны | 10 | 2 | | 20 |

Әлеуметтік педагог С.Байқуатова

Медбике Г.Төребаева