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

**АС МӘЗІРІ**

**4-күн " 20" 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 | |
| Балық котлеті | 80 | 90 | | 100 | | балық | | | 111 | | 122 | | | 133 | |
| пияз | | | 12 | | 12 | | | 12 | |
| бидайнаны | | | 8 | | 11 | | | 14 | |
| сүт | | | 14 | | 17 | | | 20 | |
| күнбағысмайы | | | 9 | | 11 | | | 13 | |
| тұз | | | 1,5 | | 2 | | | 2 | |
| кептірілгеннан | | | 7 | | 8 | | | 9 | |
| Гарнир: картоп езбесі | 100 | 130 | | 150 | | картоп | | 150 | | | | 195 | 225 | | |
| сүт | | 8 | | | | 10 | 10 | | |
| тұз | | 1,5 | | | | 2 | 2 | | |
| сары май | | 7 | | | | 9 | 10 | | |
| Қызанақ соусы көкөністермен | 25 | 25 | | 25 | | сары май | | 8 | | | | 8 | 8 | | |
| сәбіз | | 25 | | | | 25 | 25 | | |
| аскөк | | 2 | | | | 2 | 2 | | |
| тұз | | 1,5 | | | | 2 | 2 | | |
| пияз | | 10 | | | | 10 | 10 | | |
| бидайұны | | 1,25 | | | | 1,25 | 1,25 | | |
| қант | | 0,4 | | | | 0,4 | 0,4 | | |
| қызанақпастасы | | 2,5 | | | | 2,5 | 2,5 | | |
| Кепкенжемістен компот | 200 | 200 | | 200 | | кепкенжеміс | | 30 | | | | 30 | 30 | | |
| қант | | 20 | | | | 20 | 20 | | |
| Алма | 150 | 150 | | 150 | | алма | | 150 | | | | 150 | 150 | | |
| Қарабидайнаны | 10 | 10 | | 20 | | қарабидайнаны | | 10 | | | | 10 | 20 | | |
| Бидайнаны | 10 | 25 | | 20 | | бидайнаны | | 10 | | | | 25 | 20 | | |

Әлеуметтік педагог С.Байқуатова

Медбике Г.Төребаева