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

**АС МӘЗІРІ**

**1-күн**  **"24" 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