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

**АС МӘЗІРІ**

**5-күн " 21" 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** |
| Тефтели сорпасы | | 200/25 | 230/57 | 250/76 | Сиыр еті | | 52 | 78 | | | 103 |
| Бидай наны | | 11 | 13 | | | 15 |
| сүт | | 10 | 15 | | | 20 |
| жұмыртқа | | 3 | 5 | | | 6 |
| Күнбағыс майы | | 5 | 5 | | | 7 |
| картоп | | 80 | 92 | | | 100 |
| сәбіз | | 10 | 12 | | | 15 |
| пияз | | 12 | 12 | | | 12 |
| Қызанақ пастасы | | 2 | 2 | | | 2 |
| тұз | | 1,5 | 2 | | | 2 |
| Күріш жармасы | | 11 | 13 | | | 15 |
| сорпа | | 175 | 175 | | | 175 |
| Шәй лимонмен, қантпен | | 200 | 200 | 200 | шәй | 5 | | | 5 | 5 | |
| қант | 10 | | | 10 | 10 | |
| лимон | 8 | | | 8 | 8 | |
| Алма | | 150 | 150 | 150 | алма | 150 | | | 150 | 150 | |
| Ара балы | | 10 | 10 | 10 | ара балы | 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