

Мәзір/Меню
15.10.2026 ж./ 15.10.2026 ж.

Тегін тамақтану кешені /комплекс по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы,г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда 7-10 лет
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет	
3 апта / 3 неделя 4 – ші күн/ 4-й день				
Ақ қырыққабат пен қиярдан жасалған салат/салат из капусты белокочанной и огурца	60	80	100	қырыққабат/капуста белокочанная
				сәбіз/морковь
				Қияр/огурец
				Сұйық май/масло растительное
қызғылт лосось құлақтары /Уха из горбуши	200	250	300	йодталған тұз/йодированная соль
				балық/горбуша
				тары жармасы/крупя пшено
				пияз/лук репчатый
ірімшік қосылған сэндвич токаш/булочка бутербродная с сыром/ бутерброд с сыром	50	50	50	картоп/картофель
				йодталған тұз/йодированная соль
				жоғары сортты ұн/мука пшеничная
				высшего сорта
				жоғары сұрыпты бидай ұны
				(сұрыпта)/ука пшеничного высшего
				сорта (на подпыл)
				сары май/масло сливочное
				кант/сахар
				жұмыртқа/яйцо
				сүт 2,5 % /молоко 2,5 %
				жұмыртқа/яйцо
Жаңа піскен алмадан компот /Компот из сухофруктов с сахарам	200	200	200	ашытқы/дрожжи прессованные
				ванилин /ванилин
"Хлеб ржано пшеничный\пшеничный"/"Қара бидай наны- ақ бидай\бидай	30	50	50	йодталған тұз/йодированная соль
				қатты ірімші/сыр твердый
				кептірілген жеміс/сухофрукты
				кант/сахар
				"Қара бидай наны- ақ
				бидай\бидай /"Хлеб ржано-
				пшеничный\пшеничный"

