

Мәзір/Меню

21.10.2026 жылға /на 21.10.2026 г.

Тегін тамақтану кешені /Комплекс по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы,г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет	
4 апта/4 неделя 3– ші күн/ 3-й день				
Бұқытырлған күріш/Рис рассыпчатый с овощами	130	150	180	күріш жармасы/Рис крупа
				Сабыз/морковь
				йодталған тұз/йодированная соль
				сары май/масло сливочное
Қаймақ тұздығындағы тауық сүбесі/Филе куриное в сметанном соусе	70	90	100	тауық еті/филе курицы
				пияз/лук репчатый
				Қаймақ/сметана
				йодталған тұз/йодированная соль
Сүт қосылған какао/Какао с молоком	200	200	200	Какао ұнтағы/Какао-порошок
				Сүт/Молоко
				Қант/Сахар
кара бидай наны- ак бидай\бидай / хлеб ржано- пшеничный\пшеничный	30	50	50	кара бидай наны- ак бидай\бидай/хлеб ржано- пшеничный\пшеничный

