

## Мәзір/Меню

11.02.2026 жылға/11.02.2026 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/жас	11-15 лет/жас	16- 18лет/жас	
	2 апта/2 неделя		3 – ші күн/ 3-й день	
Құс етінен жасалған жаркое/Жаркое по домашнему из птицы	200	220	250	Тауық еті/Филе курицы
				Пияз/Лук репчатый
				Сәбіз/Морковь
				Картон/Картофель
				Сары май/Масло растительное
				Йодталған тұз/Йодированная соль
				Лавр жапырағы/Лавровый лист
				сарымсақ/Чеснок
Сүт қосылған какао/Какао с молоком	200	200	200	Какао ұнтағы/Какао-порошок
				Сүт/Молоко
				Қант/Сахар
Алма/Яблоко/ фрукт по сезону	120	120	120	Алма/Яблоко
Ақ бидай наны/"Хлеб ржано- пшеничный/пшеничный"	30	50	50	Ақ бидай наны/"Хлеб ржано- пшеничный/пшеничный"

