



Мәзір/Меню
29.09.2026 жылға/29.09.2026 ж.
Тегін тамактану 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	
1 апта/1 неделя 2 – ші күн/ 2-й день				
Митбол сиыр етінен/ Митболы из говядины	70	90	100	туралған сиыр еті/говядина мякоть
				бидай наны /пшеничный хлеб
				жұмыртқа/яйцо куриное
				пияз/лук репчатый
				сұйық май/масло растительное
Қаймақ тұздығы /Соус сметанный	20	20	20	йодталған тұз/йодированная соль
				қаймақ/сметана
				ұн/мука
Картоп-сәбіз езбесі/ Картофельно-морковное пюре	130	150	180	сары май /масло сливочное
				картоп/картофель
				Сәбіз/морковь
				сүт/молоко
				сары май/масло сливочное
Напиток «Денсаулық» /«Денсаулық» шырыны	200	200	200	йодталған соль/йодированная соль
				алма/яблоки свежие
				лимон/лимон
"Қара бидай наны ақ бидай наны"/ "Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"	30	50	50	қант/сахар
				"Қара бидай наны ақ бидай наны/ "Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

