

БЕКІТЕМ/УТВЕРЖДАЮ



БЕКІТЕМ/УТВЕРЖДАЮ



АС МӘЗІРІ жас-күз/МЕНЮ (лето-осень 3 недели/1 день)

14.09.2026

7-10 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	Рагу из птицы	200	17,1	7,4	13,8	206,4
2	Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	185,9
3	яблоко/ фрукт по сезону	120	0,3	0,1	13,2	56
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5
		550,0	27,3	12,1	53,7	515,8

11-15 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	Рагу из птицы	220	21	8	15,2	310,9
2	Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	185,9
3	яблоко/ фрукт по сезону	120	0,3	0,1	13,2	56
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	50	3	0,4	18,3	90
		590,0	32,0	12,8	59,6	642,8

16-18 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	Рагу из птицы	250	24	10	17	360,9
2	Какао с молоком	200	7,7	4,3	12,9	185,9
3	яблоко/ фрукт по сезону	120	0,3	0,1	13,2	56
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	50	3	0,4	18,3	90
		620,0	35,0	14,8	61,4	692,8

Асхана жетекшесі

Handwritten signature

Медбике

Handwritten signature

