

БЕКІТЕМ/УТВЕРЖДАЮ



БЕКІТЕМ/УТВЕРЖДАЮ



АС МӨЗІРІ жас-күз/МЕНЮ (лето-осень, 4 неделя/5 день)

25.09.2026

7-10 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	овощная нарезка	60	0,7	4	5,3	61
2	Суп с макаронными изделиями и мясом	200	7	7,2	13,3	144,5
3	булочка с творогом \ ватрушка	50	6	10,6	28,1	224,7
4	Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
5	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5
		540,0	16,2	22,2	76,1	566,2

11-15 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	овощная нарезка	80	1	5	7,3	79,5
2	Суп с макаронными изделиями и мясом	220	7,5	8,2	16,9	168,2
3	булочка с творогом \ ватрушка	50	6	10,6	28,1	224,7
4	Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
5	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	50	3	0,4	18,3	90
		600,0	17,8	24,3	86,2	630,9

16-18 жас/лет

№	Тағамдардың атауы/Наименование	Тағамның шығуы/Выход блюда, г.	Белок, г	Жир, г	Угл-ды, г	Ккал
1	овощная нарезка	100	1,2	5,1	9	87,6
2	Суп с макаронными изделиями и мясом	250	9,2	10,2	19,2	221,9
3	булочка с творогом \ ватрушка	50	6	10,6	28,1	224,7
4	Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
5	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	50	3	0,4	18,3	90
		650,0	19,7	26,4	90,2	692,7

Асхана жетекшесі

Handwritten signature

Медбике

Handwritten signature

