

«К.Шакенов атындағы орта мектебі» КММ-сі бойынша аз қамтылған және көпбалалы отбасынан шыққан оқушылардың және бастауыш сыныптардың тамақтанатын 1 апталық переспективалық ас мәзірі.

2 апта

Тағамның атауы		I ауысым				II ауысым			
6 (7)-10 жас, гр	11-14 жас, гр	11-14 жас, гр	15-18 жас, гр	15-18 жас, гр	6 (7)-10 жас, гр	11-14 жас, гр	11-14 жас, гр	15-18 жас, гр	
1 күн	Сүтті күріш ботқасы	250	300	300	Сүтті тары ботқасы	250	300	300	
	Нан, май, ірімшік	20\10\10	35\12\15	40\15\15	Нан, май, ірімшік	20\10\10	35\12\15	40\15\15	
	Сүтті шай	200	200	200	Сүтті шай	200	200	200	
2 күн	Тауық етімен кеспе	250	300	300	Тауық етімен плов	250	300	300	
	көже	80	85	85	Нан	20	35	40	
	Алма қосылған тәтті	80	85	85	Нан	20	35	40	
	Бәліш	20	35	40	Шырпын	200	200	200	
	Нан	200	200	200	Алма қосылған тәтті	80	85	85	
	Кисель	200	200	200	Бәліш	80	85	85	
3 күн	Ет қосылған плов	250	300	300	Сәбіз, алма бал қосылған салат	100	110	120	
	Нан	20	35	40	Сыр етінен қоллет	80	90	100	
	Бағалы жемістерден	200	200	200	Нан	20	35	40	
	компот				Гарнир- бықтырылған қырыққабат	150	170	180	
					Кисель	200	200	200	
4 күн	Балық сорпасы	250	300	300	4 күн				
	Нан	24	42	48	Күріш сорпасы балық	250	300	300	
	Бағалы жемістерден	60	70	80	Фрикаделькасы	60	70	80	
	Көптіліген және	200	200	200	Алма қосылған тәтті	20	35	40	
	Бағалы жемістерден	200	200	200	Бәліш	200	200	200	
	компот				Бағалы жемістерден	200	200	200	
5 күн	Қырық қабат, сәбіз, алма қосылған салат	100	110	120	5 күн				
	Сыр етімен бұршақ	250	300	300	Даруменді салат	100	110	120	
	көже	20	35	40	Нан	20	35	40	
	Бағалы жемістерден	200	200	200	Бағалы жемістерден	200	200	200	
	компот				компот				
					Бағалы жемістерден	200	200	200	
					компот				