



21 Қазан

1-4 сыныптар (тегін мәзір)

№ п/п	Тағамдар атауы	Масса	Калл	Бағасы
1	Тефтели етпен	80/30	142	
2	Қарақұмық ботқасы	100	94	
3	Алмадан жасалған компот	200	76,4	
4	Нан	20	76,2	
	Барлығы күніне		388,6	

Әлеуметтік мәзір

№ п/п	Тағамдар атауы	шығу	Ккал	бағасы
1	Сиыр етінен көкөніс сорпасы	200/230/250	199,8	
2	Тефтели тұздығымен	80/90/100	258,2	
3	Қарақұмық ботқасы	100/120/150	138,2	
4	Алма компоты	200	118,8	
5	Бал	10	10	
6	Нан	20/30/40	76,2	
	Барлығы күніне		801,2	

Еркін мәзір

№ п/п	Тағамдар атауы	шығу	Ккал	бағасы
1	Бидай ботқасы маймен	200/250	157,5	180
2	Үй қуырдақтары	250	328,9	500
3	Қант қосылған қара шай	200	56	70
4	Пакеттелген қара шай	200	56	60
5	Сүт шай қантпен	200	86	100
6	"Веснушка" тоқашы	50	329,15	75
7	"Веснушка" тоқашы	100	658,3	150
8	Кондитерлік салмасы бар тоқаш	100	562,9	200
9	Нан арасындағы шұжық	100	522,4	250
10	Тауық етінен самса	120	266,4	270
11	Қарақұмық наны	20	50,8	10

5-11 сыныптарға арналған ас-мәзірі

№ п/п	Тағамдар атауы	шығу	Ккал	бағасы
1	Тефтели етпен	80/20	258,2	
	Қарақұмық ботқасы	100	138,2	
2	Қант қосылған қара шай	200	101,2	
3	Нан	20	76,2	
	Барлығы күніне		573,8	450

Зав. производством: