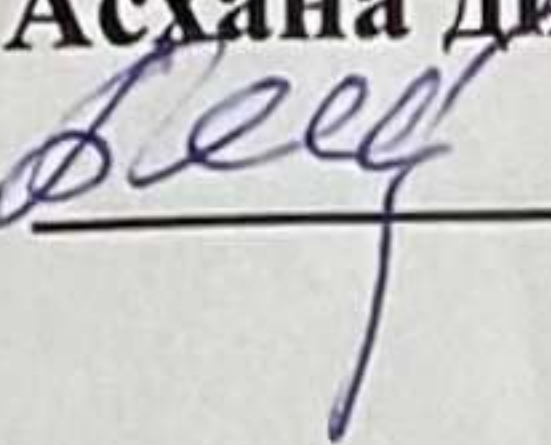


«Келісемін»
Асхана диетологы:
 Бектибаева К.К

«Бекітемін»
№4 ОМ директоры:
 Шуйтенов С.Ж



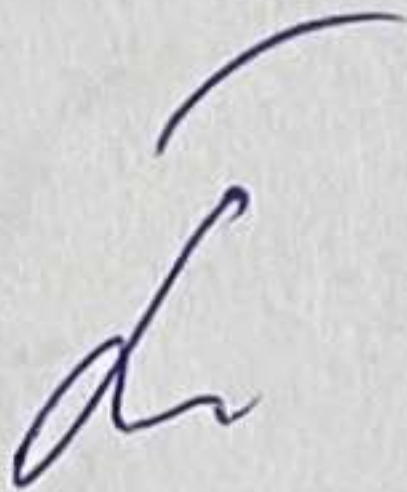
Жекеленген санат оқушылары үшін
Төрт апталық мәзір(қыс-көктем)

3-апта

1-күн

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
1	Вермишель салынған көже	200/25	230/25	250/25
2	Запеканка из творого со сметаной	200	200	200
3	Ара балы	15	15	15
4	Сүт	200	200	200
5	Нан	20	35	40

Аспазшы:



Баймуханбетова.М

«Келісемін»
Асхана диетологы:
Бектибаева К.К

«Бекітемін»
№4 ОМ директоры:
Шуйтенов С.Ж

Жекеленген санат оқушылары үшін
Төрт апталық мәзір(қыс-көктем)

3-апта

2-күн

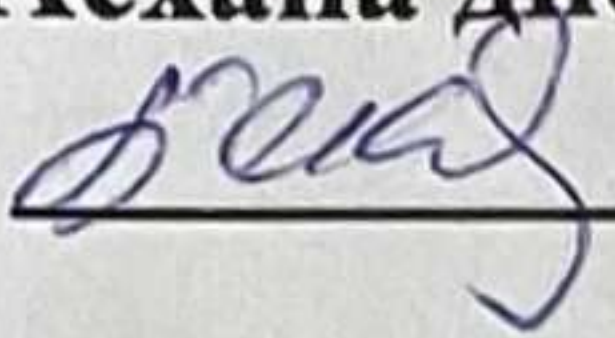
№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
1	Бұршақ көжесі	200/25	230/25	250/25
2	Сәбізден салат	50	50	75
3	Пісірілген тауық еті	80	90	100
4	Гарнир: пісірілген макарон	100	130	150
5	Кептірілген жемістен компот	200	200	200
6	Кураға	20	20	20
7	Нан	20	35	40

Аспазшы:

Баймуханбетова.М

«Келісемін»

Асхана диетологы:



Бектибаева К.К

«Бекітемін»

№4 ОМ директоры:



Шуйтенов С.Ж

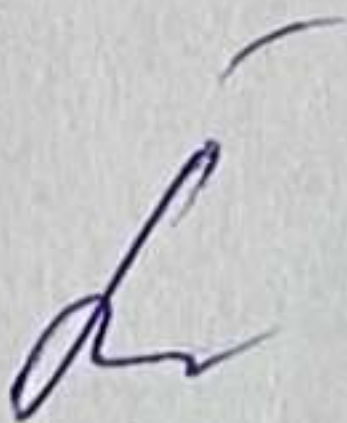
Жекеленген санат оқушылары үшін
Төрт апталық мәзір(қыс-көктем)

3-апта

3-күн

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
1	Рассольник(тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25
2	Турама зразылар	70	70	70
3	Гарнирге арпа жармасы	100	130	150
4	Жемістен кисель	200	200	200
5	Нан	20	35	40

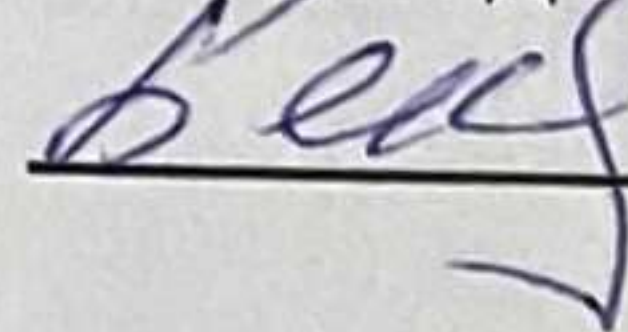
Аспазшы:



Баймуханбетова.М

«Келісемін»

Асхана диетологы:

 Бектибаева К.К

«Бекітемін»

№4 ОМ директоры:

 Шуйтенов С.Ж



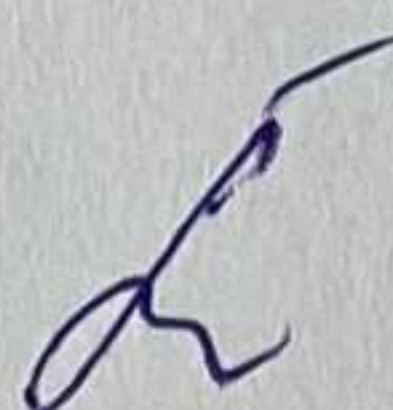
Жекеленген санат оқушылары үшін
Төрт апталық мәзір(қыс-көктем)

3-апта

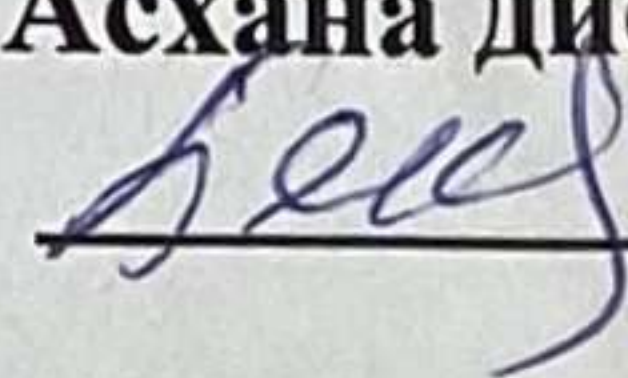
4-күн

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
1	Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25
2	Балғын көкөніс салаты	50	60	80
3	Балықтан жасалған котлет	75/50	75/50	75/50
4	Құрамалы гарнир пісірілген күріш	100	130	150
5	Жаңа піскен жеміс компоты	200	200	200
6	Жемістер	150	150	150
7	Нан	20	35	40

Аспазшы:



Баймуханбетова.М

«Келісемін»
Асхана диетологы:
 Бектибаева К.К

«Бекітемін»
№4 ОМ директоры:
 Шуйтенов С.Ж



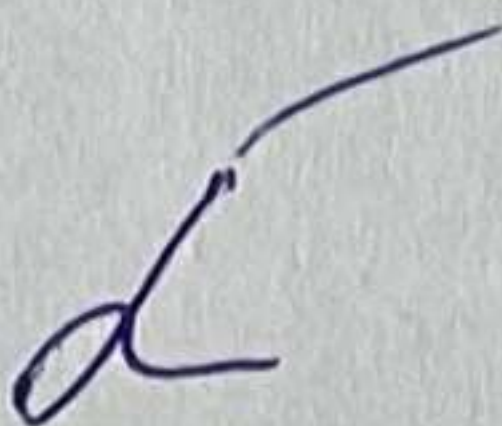
Жекеленген санат оқушылары үшін
Төрт апталық мәзір(қыс-көктем)

3-апта

5-күн

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
1	Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25
2	Рагу (сиыр еті)	140/40	140/40	140/40
3	Ара балы	15	15	15
4	Сүт	200	200	200
5	Нан	20	35	40

Аспазшы:



Баймуханбетова.М