

Бекітемін:

Мектеп директорының у.а. А. Ахметова



Іапта 3 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы, г			Тағам құрамы	калория, ккал	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен кеспе сорпасы	200	230	250	тауық еті	177	28	33	40
				картоп		4	4,6	5
				кеспе		16	18	20
				пияз		8	9	10
				сәбіз		8	9	10
				өсімдік майы		4	5	5
				тұз		0,2	0,3	0,3
				сорпа		140	161	175
Қызылшамен алма қосылған балғын салаты	60	60	60	қызылша	85	42	48	62
				алма		24	32	40
				өсімдік майы		4	5	6
				тұз		2	2	2
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
каркаде шайы	200	200	200	қант	106,26	20	20	2
				Каркаде		20	20	20