



"Бекітемін"

А.С.Колбаева

« 2 »

2025ж

2 апта 1 күн

| Тағам атауы                | Тағам шығымы,г |          |          | Тағам құрамы | калория, ккал | Брутто, г |          |          |
|----------------------------|----------------|----------|----------|--------------|---------------|-----------|----------|----------|
|                            | 6-10 жас       | 11-14жас | 15-18жас |              |               | 6-10 жас  | 11-14жас | 15-18жас |
| Тауық етінен күріш сорпасы | 200            | 230      | 250      | тауық еті    | 177           | 61        | 73       | 80       |
|                            |                |          |          | картоп       |               | 0,4       | 0,4      | 0,4      |
|                            |                |          |          | күріш        |               | 26        | 35       | 42       |
|                            |                |          |          | пияз         |               | 8         | 9        | 10       |
|                            |                |          |          | сәбіз        |               | 8         | 9        | 10       |
|                            |                |          |          | өсімдік майы |               | 4         | 5        | 5        |
|                            |                |          |          | тұз          |               | 1,5       | 2        | 2        |
|                            |                |          |          | сорпа        |               | 140       | 161      | 175      |
| тәтті шәй                  | 200            | 200      | 200      | шәй          | 61,58         | 2         | 2        | 2        |
|                            |                |          |          | қант         |               | 20        | 35       | 40       |
| нан                        | 20             | 35       | 40       | бидай наны   | 96            | 20        | 35       | 40       |
| ара балы                   | 10             | 10       | 10       | ара балы     | 318           | 10гр      | 10гр     | 10гр     |

