

"Бекітемін"

А.С.Қолбаева

«14»

2025ж

2 апта 5 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
Сиыр етінен рассольник сорпасы	200	230	250	сиыр еті	132	54	54	80
				картоп		80	92	100
				арпа		5	6	6
				томат		5	6	7
				сәбіз		23	24	25
				пияз		22	23	24
				өсімдік майы		4	5	5
				тұз		1,5	2	2
				тұзды қияр		14	16	17
				сорпа		140	161	175
Жеміс сусыны	200	200	200	Кепкен жемістер	106,26	20	20	20
				қант		20	20	20
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
Тәтті бөлке сүзбемен	60	70	80	қант	96	6	7	8
				сарымай		1	1	2
				жұмыртқа		2	2	3
				дрожжи		0,1	0,1	0,1
				йодталған тұз		0,3	0,4	0,5
				сүт		18	20	22
				сұйық май		0,4	0,4	0,5
				сүзбе		1	2	2

