



"Бекітемін"

А.С.Колбаева

2025ж

1 апта 2 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы, г.			Тағам құрамы	Калория, ккал	Брутто		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Таңғы ас								
Тауық етінен тефтели тұздықпен	80	90	100	Тауық еті	221,18	61	73	80
				Нан		14	16	25
				Сүт		19	22	10
				Сухари		8	9	50
				Соус		50	50	24
				Пияз		8	9	10
				Сұйық май		11	12	13
				Тұз		1	1	1
				Сары май		6	7	8
Қайнатылған макарон	100гр	130	150	Макарон		100	130	150
Жеміс сусыны	200гр	200гр	200гр	Кепкен жемістер	106,26	1	1	1
				қант		5	5	5
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40

