Бекітемін

А.С.Колбаева

2026ж

3-апта 1-күн

Таңғы ас

№	Атауы	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Сүтті ботқа (манка жармасы, күріш, тары жармасы	180г	200 г	250 г
	Крекер печеньесі	30 г	30 г	30 г
	Тәтті шәй	200мл	200мл	200мл
	Бидай наны –қара бидай наны	30 г	50 г	50 г
	Барлығы	440	480	530

Түскі ас

№	Атауы	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Қайнатылған еті бар кеспе	200г	220г	250 г
	Тәтті шәй	200мл	200мл	200 г
	Бидай наны –қара бидай наны	30мл	50мл	50мл
	Барлығы	230	250	250



