**"Бекітемін"**

**_____А.С.Колбаева**

**_____01_____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 |
|---|---|---|---|---|
| | Құс етінен ас бұршақ сорпасы | 200/10г | 250/13г | 300/15 г |
| | Тәтті шәй | 200мл | 200мл | 200 г |
| | Бидай наны –қара бидай наны | 30мл | 50мл | 50мл |
| | Барлығы | 230 | 250 | 250 |



