

Утверждаю
Заведующая школьной столовой



АС МЭВРІ (жаз-күз) / МЕНЮ (лето-осень. 1и/4а)

01.10.2026

7-18 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
	60	0,5	3,1	2,4	39,3
Салат из капусты белокочанной и яблок	200	10,13	4,93	11,98	129,79
Уха из горбуши		7,3	12,2	27,9	364,7
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50				
	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Компот из сухофруктов с сахаром	30	2,2	0,3	13,8	67,5
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный					

11-14 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
	80	0,7	3,1	3,2	43,6
Салат из капусты белокочанной и яблок	250	12,5	6,09	14,73	160,07
Уха из горбуши		7,3	12,2	27,9	364,7
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50				
	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Компот из сухофруктов с сахаром	50	3	0,4	18,3	90
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный					

15-18 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
	100	0,9	5,1	4,2	66,3
Салат из капусты белокочанной и яблок	300	14,12	8,52	16,98	190,85
Уха из горбуши		7,3	12,2	27,9	364,7
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50				
	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Компот из сухофруктов с сахаром	50	3	0,4	18,3	90
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный					

Асхана жетекшісі

Медбике

С. Кусогорская
Г. Ресеев

