

Утверждаю
Заведующая школьной столовой



Утверждаю

АС МӘЗІРІ (жаз-күз)/ МЕНІО (лето-осень 3и/2а)

13.10.2026

7-10 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
	70	13,2	4,5	6,6	184,5
Митболы из говядины	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Соус сметанный	130	2,4	4,7	12,6	161,8
Картофельно-морковное пюре	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Компот из свежих яблок	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
	90	16	5,9	11,9	199,9
Митболы из говядины	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Соус сметанный	150	2,7	7,3	14,5	200,8
Картофельно-морковное пюре	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Компот из свежих яблок	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	19,5	6,4	20,1	225,6
Митболы из говядины	20	0,5	3,7	1,8	42,1
Соус сметанный	180	3,1	6,5	16,7	261,8
Картофельно-морковное пюре	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Компот из свежих яблок	50	3	0,4	18,3	90
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный					

Асхана жетекшісі

С. Қулиев *сук*

Медбике

Г. Мисенова *мн*

