



**Б.Бегалиев жалпы орта мектебі бойынша бір күндік ас мәзірі**

5-ші күн

11.10.2024ж II апта

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Асбұршақ сорпасы	20	220	250	ет	100	110	120
				картоп	50	55	60
				жуа	10	15	20
				сары май	10	11	12
				сәбіз	15	15	15
				асбұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
Запеканка	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				сары май	10	10	10
				жұмыртқа	25	25	25
				жарма ұнтағы	10	12	15
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	шай	6	6	6
				қант	20	20	20
				лимон	8	8	8
Бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Аспазшы: *З.Зорина*

Е.Зорина