



Б.Бегалнев  
Мектеп директоры С.Капуова

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

4-ші күн

09.10 .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
Балық котлет	50	60	70	Филе	90	100	105
				жуа	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
				өсімдік майы	11	12	13
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				жуа	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: күріш	100	130	150	күріш	50	60	68
				сары май	4	5	6
Сдәрумені қолған кептіілген жемістерден компот	200	200	200	кептірілген жемістер	20	20	20
				қант	20	20	20
				С дәрумені	0,07	0,07	0,07
Бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Аспазшы: *З.Зорина*

Е.Зорина