



Бекітілді
Мектеп директоры: С Капуова

Б.Бегалиев жалпы орта мектебі бойынша бір күндік ас мәзірі

4-ші күн

3.10.2024ж I 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
Тауық етінен қоллет	60	70	80	тауық филесі	90	100	110
				бидай ұны	13	14	16
				жуа	20	23	25
				сүт	18	21	24
				сухари	8	9	10
4-ші күн				өсімдік майы	5	6	7
				сары май	8	8	8
соус	15	15	15	сәбіз	24	26	28
Тағамның атауы	7-10	11-14	15-18	жуа	20	23	25
				бидай ұны	5	6	11
гарнир: күріш	100	130	150	кызанақ пастасы	5	5	5
С дәрумені қосылған кампот	200	200	200	күріш	51	61	68
				сары май	4	5	6
				кептірілген жемістер	20	20	20
				қант	20	20	20
Бидай наны	20	35	40	С дәрумені	0,07	0,07	0,07
соус	15	15	15	Бидай наны	20	35	40
				Аспазшы:	Е.Зорина		
гарнир: күріш	100	130	150	күріш	51	61	68
С дәрумені қосылған кампот	200	200	200	сары май	4	5	6
				кептірілген жемістер	20	20	20
				қант	20	20	20
				С дәрумені	0,07	0,07	0,07
Бидай наны	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Аспазшы:

Е.Зорина

Бекітілді _____
Мектеп директоры: С.Капуова

Б.Бегалиев жалпы орта мектебі бойынша бір күндік ас мәзірі

5-ші күн

4.10.2024ж I 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
Үй кеспесі	200	200	220	сыыр еті	90	100	105
				сәбіз	6	20	9
				жуа	6	8	9
				өсімдік майы	6	8	9
				кеспе	36	47	54
Запеканка	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				жұмыртқа	25	25	25
				сары май	8	9	10
				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	Бидай наны	20	35	40

Аспазшы:

З.З.

Е.Зорина