

Утверждено

Заведующая школьной столовой

Маринина И.А.

Директор школы
Ильин В.В.
Ильин В.В.



АС МЭЭПІ (жаз-куз)/ МЕНІЮ (лето-осень. 10/54)

02.10.2026

7-10 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Веттуурда с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлдия (соялына/контна)	70	10	5	0,6	93
Гречка рассыпчатая	130	5,7	5,7	28,7	205,4
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржаной-пшеничный/ пшеничный	30	2,2	0,3	13,8	67,5

11-14 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Веттуурда с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлдия (соялына/контна)	90	11	5,7	0,6	108
Гречка рассыпчатая	150	6,6	6	33,1	231
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржаной-пшеничный/ пшеничный	50	3	0,4	18,3	90

15-18 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Веттуурда с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлдия (соялына/контна)	100	12,9	6,7	1,6	150
Гречка рассыпчатая	180	7,8	6,3	39,3	267,6
Компот из свежих яблок	200	0,3	0,1	15,6	68,5
Хлеб ржаной-пшеничный/ пшеничный	50	3	0,4	18,3	90

Асхана мейрамшарасы

Медбике

Ильин В.В.

16.

