

Утверждено

Заведующая школьной столовой

Маркина И.А.
Котин

Утверждено

Директор
Школы № 16
Иванов

АС МЭЭПР (кмс-коктем)/ МЕНЮ (зима-весна 1и/5л)

06.02.2026

7-10 лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ботворол с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлші (говядина шинья)	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	30	3,2	0,3	13,8	67,5

11-14 лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ботворол с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлші (говядина шинья)	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	50	3	0,4	18,3	90

15-18 лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Ботворол с сиром	65	9,5	11,7	17,2	212,1
Гүлші (говядина шинья)	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	50	3	0,4	18,3	90

Астана жетекшісі

Иванов

Медбике

Дир

