

Утверждаю

Заведующая школьной столовой

Маринина И.А.



АС МӘЗІРІ (жаз-күз)/ МЕНЮ (лето-осень 1н/4д)

03.09.2026

7-10 жас/лет

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г	Б, г	Ж, г	У, г	ккал
Салат из капусты белокачанной и яблок	60	0,5	3,1	2,4	39,3
Уха из горбуши	200	10,13	4,93	11,98	129,79
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50	7,3	12,2	27,9	364,7
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Хлеб ржано-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
Салат из капусты белокачанной и яблок	80	0,7	3,1	3,2	43,6
Уха из горбуши	250	12,5	6,09	14,73	160,07
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50	7,3	12,2	27,9	364,7
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Хлеб ржано-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
Салат из капусты белокачанной и яблок	100	0,9	5,1	4,2	66,3
Уха из горбуши	300	14,12	8,52	16,98	190,85
Булочка бутербродная с сыром/бутерброд с сыром	50	7,3	12,2	27,9	364,7
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,3	0,4	15,6	68,5
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный	50	3	0,4	18,3	90

Асхана жетекшісі

А.А.

Медбике

А.А.

