



Бекітемін  
Ы. Алтынсарин  
«атындағы мектеп» муниципалдық  
КММ директоры  
Ж.С. Жамангалина



## Ас мәзірі

(I-IV сыныптар 2022-2023 жыл)

10.10.2022 ж.

Сүтке пісірілген ботқа май қосылған	200 гр.	229 кал.
Май қосылған нан	20/10 гр.	45 кал.
Кантпен шай	200 гр.	15 кал.
Печенье	30 гр.	20 кал.

11.10.2022 ж.

Көкөністерден жасалған салат	50 гр.	45 кал.
Палау	200 гр.	225 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

12.10.2022 ж.

Қуырылған соустағы тефтель	80/20 гр.	125 кал.
Макарон тағамдары	130 гр.	155 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Лимонмен шай	200 гр.	18 кал.

13.10.2022 ж.

Сиыр етінен қосылған сорпасы	200 гр.	198 кал.
Нан	20 гр.	54 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

14.10.2022 ж.

Қуырылған соустағы котлеті	80/20 гр.	125 кал.
Пісірілген қарақұмық	130 гр.	135 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Табиғи шырын	200 гр.	19 кал.

Варианты меню могут меняться по дням недели.

Медбибі     

Аспаз     

Мердігер

