«Бекітемін» мектеп басшысы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Келісілді» Қамқоршылар Кеңесі\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Келісілді» жеке кәсіпкер\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2021 жылы желтоқсан айының 6.12.-10.12.аралығында бюджет есебінен тамақтанатын оқушылардың**

 **АС МӘЗІРІ,2-апта**

**Дүйсенбі шығуы ккал**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| сары май қосылған сүттіарпаботқасы | 200/10 | **220** |
| Бәліш, ірімшік пен маймен ұсынылады | 40/10/5 | **175** |
| қара бидай наны | 30 | **35** |
| шай қантпен | 200 | **58** |

**488**

**Сейсенбі**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| туралған сиыр етімен биточек, тұздықпен | 50/50 | **196** |
| қайнатылған макарондар | 100 | **142** |
| қара бидай наны | 40 | **46** |
| кептірілген жемістен витаминдісусын | 200 | **140** |
| Балғын орамжапырақтан салат | 60 | **42** |

**566**

**Сәрсенбі**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| бұршақ сорпасы | 250 | **308** |
| сүзбе мен сәбіз қосылған тәтті нан, қойылт.сүтпен | 50/10 | **124** |
| шай қантпен | 200 | **58** |
| қара бидай наны | 40 | **46** |

**536**

**Бейсенбі**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| балық етінен котлет, тұздықпен | 50/10 | **170** |
| қайнатылған күріш | 100 | **155** |
| шай қантпен | 200 | **48** |
| қара бидай наны | 40 | **46** |
| сәбізден салат | 60 | **40,8** |

**429**

**Жұма**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| сары май қосылған сүтті бидай ботқасы | 200/10 | **220** |
| «сепкіл» тоқашы | 40 | **120** |
| шай қантпен | 200 | **58** |
| қара бидай наны | 30 | **35** |
| балғын алма | 1 д. | **47** |

**482**

**Барлығы: 2499,8**

Құрастырған: Желева О.Ю.