«Бекітемін» Мектеп басшысы Макарова Е.А.

«Келісілді» Қамқоршылық кеңес Орынбекова Т.М.

«Келісілді» Қызмет көрсетуші Опалинская Ю.В.

6 – 11 жас аралығындағы оқушыларға арналған 1 апта мәзірі

04.09.2023 - 08.09.2023

**Дүйсенбі**

Шығу (г) баға ккал

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сары май қосылып сүтке пісірілген арпа ботқасы | 200/10 |  | 200 |
| Ірімшік қосылған тоқаш | 50/15 |  | 175 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Бал | 10 |  | 30,4 |
| алма | 1дана |  | 71 |

**Сейсенбі** **750 600,4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| көкөністер | 60 |  | 46 |
| Сиыр шницелі,негізі тұздығы қызыл | 30/150/50 |  | 329 |
| Қарақұмық ботқасы | 150 |  | 289 |
| Кептірілген жемістерден жасалған дәруменді сусын | 200 |  | 140 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Ірімшіктен ватрушка | 60 |  | 145 |

**Сәрсенбі**  **750 995**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бұқтырылған көкөністер | 60 |  | 45 |
| Көкөністермен пісірілген тауықтар | 50/50 |  | 178 |
| Қайнатылған макарон | 150 |  | 213 |
| Айран | 200 |  | 96 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Алма қосылған пирожки | 60 |  | 155 |

**Бейсенбі** **750 733**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Балық котлеті,негізі тұздығы қызыл | 50/50 |  | 161 |
| Картоп пюресі,бұқтырылған қырыққабат | 150 |  | 168 |
| Жеміс шырыны | 200 |  | 96 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Тоқаш | 40 |  | 120 |
| Бал | 10 |  | 30,4 |

**Жұма 750 621,4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Қөқөніс | 60 |  | 46 |
| Тұздықта бұқтырылған сиыр еті | 60/50 |  | 220 |
| Бұршақ пюресі | 150 |  | 213 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Банан | 1дана |  | 75 |

**750 932,4**

**Барлығы: 3750 3882,2**

«Бекітемін» Мектеп басшысы Макарова Е.А.

«Келісілді» Қамқоршылық кеңес Орынбекова Т.М.

«Келісілді» Қызмет көрсетуші Оналинская Ю.В.

11 – 18 жас аралығындағы оқушыларға арналған 1 апта мәзірі

04.09.2023 - 08.09.2023

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дүйсенбі | Шығу (г) | Баға | ккал |
| Сары май қосылып сүтке пісірілген арпа ботқасы | 200/10 |  | 220 |
| Ірімшік қосылған тоқаш | 50/15 |  | 175 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 40 |  | 46 |
| Бал | 10 |  | 30,4 |
| Көкөністер | 150 |  | 72 |

**Сейсенбі 750 601,4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| көкөністер | 100 |  | 77 |
| Қаймақ қосылған щи | 250/10 |  | 154 |
| Сиыр шницелі,негізі тұздығы қызыл | 50/50 |  | 178 |
| Қарақұмық ботқасы | 150 |  | 289 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 80 |  | 92 |

**Сәрсенбі 750 848**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бұқтырылған көкөністер | 100 |  | 76 |
| Күріш сорпасы | 250 |  | 139 |
| Көкөністермен пісірілген тауықтар | 50/50 |  | 170 |
| Суға қайнатылған макарон | 150 |  | 213 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 80 |  | 92 |

**Бейсенбі 750 748**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Қаймақ қосылған рассольник | 250/10 |  | 124 |
| Балық котлеті,негізі тұздығы қызыл | 50/50 |  | 164 |
| Картоп пюресі,бұқтырылған қырыққабат | 200 |  | 224 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 80 |  | 92 |
| Бал | 10 |  | 30,4 |

**Жұма 750 692,4**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Қөқөністер | 100 |  | 77 |
| Макарон сорпасы | 250 |  | 139 |
| Тұздықта бұқтырылған сиыр еті | 60/50 |  | 220 |
| Бұршақ пюресі | 150 |  | 213 |
| Қант қосылған шай | 200 |  | 58 |
| Қара бидай наны | 80 |  | 92 |

**750 799**

**Барлығы: 3750 3688,8**