

2025 жылғы 1 желтоқсан
 1 декабря 2025

Таңғы ас / Завтрак

	кол-во	ккал
күрші ботқасы	200	301
сары май	20	198
күрші	40	113
нан	100	262
сүт қосылған кофе	200	130
джем	20	102

Түскі ас 1 /Обед

кекеніс салаты	салат из св огурцов с луком	100	46
тұздалған күрші с/м	расоульня с/м	300	257
тефтели с/с	тефтели с/с	100/75	366
каракумь	гречка ота	200	352
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	108
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
желі	кисель	200	116

Түскі шай /Полдник

джеммен тойлау	пир-ки с повидлом	75	196
шоколад	шоколад	30	328
шырын	сок	500	250
банандар	банан	300	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

витамин салаты	салат витаминный	100	149
кеккеніс қосылған балық	рыба с овощами	220	800
картоп пюре	картоф пюре	200	193
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
шай	чай с/с	200	85
бал	мед	20	123
алмұрт	груши	300	125

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

мектеп тоқаш	булочка школьная	50	176
йогурт	йогурт	250	180

аспаз/ шеф повар
 диетолог/ диет сестра











