



Ас мәзірі 02.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы күрке филесі	60/20	80/20	90/20	күрке филесі	93	97	105
				қызанақ пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				сары май	15	19	22
Гарнир: макарон	100	130	150	макарон	50	60	70
				сары май	10	12	15
				тұз	1	1	1
				шай	6	6	6
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	қант	20	20	20
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 03.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу (сиыр еті)	200	230	250	сиыр еті	100	100	100
				қырыққабат	24	26	28
				өсімдік майы	8	8	8
				картоп	120	120	120
				сәбіз	24	24	24
				пияз	15	17	20
Vit C қосылған Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				Су	190	190	190
				Vit C	0,0025	0,0025	0,0025
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 04.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық еті	60	70	80	тауық филесі	90	100	110
				бидай ұны	13	14	16
				пияз	20	23	25
				сүт	18	21	24
				сухари	8	9	10
Тұздық	15	15	15	өсімдік майы	5	6	7
				сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				пияз	20	23	25
				бидай ұны	5	5	5
Гарнир: күріш	100	130	150	қызанақ пастасы	5	5	5
				күріш	51	61	68
				сары май	4	5	6
				кептірілген жеміс	20	20	20
				қант	20	20	20
Vit C қосылған Кептірілген жемістерден компот	200	200	200	Vit C	0,07	0,07	0,07
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Жазылған

Аспазшы

Ж.Казиханова



Г.Кенжеғалиева

«05» сәуірі 2025 жыл

Ас мәзірі 05.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй сорпасы	200	200	220	Сиыр еті	90	100	105
				сәбіз	6	20	9
				пияз	6	8	9
				өсімдік майы	6	8	9
				кеспе	36	47	54
Тәтті бөліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				тауық жұмыртқа	25	25	25
				сары май	8	9	10
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	жарма	10	12	15
				шай	6	6	6
				қант	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	лимон	8	8	8
				қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 28.09.2025

« 2025 ЖЫЛ

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы тауық еті	60/20	80/20	90/20	тауық филесі	90	110	135
				томат пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				сары май	15	19	22
Гарнир: ұсақталған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	51	60	70
				Тұз	1	1	1
				сары май	4	5	6
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	шай.	5	5	5
				қант	15	15	15
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова

Ас мәзірі 09.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз салаты	50	60	70	сәбіз	70	80	90
				қант	4	5	6
				өсімдік майы	2	2	3
Ет котлеттері	60	70	80	сиыр еті	70	80	90
				бидай ұны	13	15	17
				сүт	17	20	23
				сухари	7	8	9
				Тұз	1	1	1
				өсімдік майы	5	6	7
				сары май	8	8	8
Тұздықпен	15	15	15	сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
				макарон	36	47	54
				Тұз	1	1	1
				сары май	12	16	18
Vit C қосылған кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	кептірілген жемістер	6	6	6
				қант	20	20	20
				Vit C	0,07	0,07	0,07
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Қазақ

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 10.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қуырылған сиыр еті (жаркое)	200	220	250	сиыр еті	100	103	105
				картоп	135	145	150
				өсімдік майы	7	7	7
				сәбіз	25	27	30
				пияз	12	12	12
				Тұз	1	1	1
				қызанақ пастасы	8	8	8
Vit C қосылған Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				су	190	190	190
				Vit C	0,07	0,07	0,07
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Кенжеғалиева

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 11.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	50	60	70	Балық фаршы	90	100	105
				пияз	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
				Тұз	1	1	1
				өсімдік майы	11	12	13
Тұздықпен	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
				күріш	50	60	68
				тұз	1	1	1
Гарнир: күріш	100	130	150	сары май	4	5	6
				кептірілген жемістер	20	20	20
Vit C қосылған Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	қант	20	20	20
				Vit C	0,07	0,07	0,07
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Handwritten signature

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 11.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	50	60	70	Балық фаршы	90	100	105
				пияз	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
				Тұз	1	1	1
				өсімдік майы	11	12	13
Тұздықпен	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
				күріш	50	60	68
				тұз	1	1	1
Гарнир: күріш	100	130	150	сары май	4	5	6
				кептірілген жемістер	20	20	20
Vit C қосылған Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	қант	20	20	20
				Vit C	0,07	0,07	0,07
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжеғалиева
«12» 09 2025 жыл

Ас мәзірі 12.09.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ сорпасы				сиыр еті	100	110	120
				картоп	50	55	60
				пияз	10	15	20
	200	220	250	өсімдік майы	10	11	12
				сәбіз	15	15	15
Тәтті бөліш				бұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
				сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
	60	70	80	ванилин	1	1	1
Қант пен лимон қосылған шай				сары май	10	10	10
				тауық жұмыртқасы	25	25	25
				жарма	10	12	15
				шай	24	24	24
	200	200	200	қант	10	10	10
Қара бидай наны				лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Қант

Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжегалиева
«15» сентябрь 2025 ЖЫЛ

Ас мәзірі 15.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Күркетауық етінен гуляш	70	90	100	тері Күркетауық еті Сары май Бидай ұны Томат пастасы сәбіз пияз Йодталған тұз күріш Сары май сәбіз пияз Йодталған тұз аскөк банан алма лимон қант Қара бидай наны ккал	70 3 4 3 15 10 0,2 40,0 8,0 15 12 0,2 5,0 200 89,0 40,0 3,0 30 547	85 4 4 3 20 15 0,2 45,0 8,0 19 15 0,2 7,0 200 89,0 40,0 3,0 50 605	90 5 4 3 25 18 0,2 50,0 8,0 22 17 0,2 7,0 200 89,0 40,0 3,0 50 629
2	Күріш көкөністермен	130	150	180				
3	Банан	200	200	200				
4	«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200				
5	Қара бидай наны	30	50	50				

Аспазшы

Ж.Казиханова



Бекітемін

Мектеп директоры

Г.Кенжеғалиева

«15» жас үйі 2025 жыл

Ас мәзірі 16.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Еттен жасалған шариктер	70	90	100	сиыр еті өсімдік майы Бидай ұны жұмыртқа пияз Йодталған тұз	80 2 7 5 10 0,2	90 3 12 5 15 0,2	100 3 15 5 18 0,2
2	Соус сарымайдан	10	10	10	Бидай ұны Сары май	2,0 2,0	2,0 2,0	2,0 2,0
3	Көкөністермен қайнатылған макарон	130	150	180	макарон Сары май сәбіз рияз Тәтті болгар бұрышы Йодталған тұз	40 3 8 7 7 0,1	45 5 10 10 8 0,2	55 8 12 12 10 0,2
4	Алма	200	200	200	алма	200	200	200
5	Бидай нан	30	50	50	нан	30	50	50
6	Кептірілген жемістерден компот	200	200	200	Кептірілген жеміс қант	20 3	20 3	20 3
					ккал	406	453	484

Аспазшы

Ж.Казиханова



Г.Кенжегалиева

«18.09.2025» күн

Ас мәзірі 18.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Балық кеспесі	70	90	100	Минтай балығының еті Күріш Бидай ұны Сүт пияз Ұн 1 сорт Өсімдік майы Иодталған тұз	45 3 9 4 6 3 1 0,1	65 5 10 5 10 4 1 0,1	75 6 10 6 12 4 1 0,1
2	Қаймақ соусы	20	20	20	Қаймақ Сары май Ұн 1 сорт Асбұршақ Сары май Иодталған тұз	10,0 2,0 2,0 60 4 0,2	10,0 2,0 2,0 70 5 0,2	10,0 2,0 2,0 85 5 0,2
3	Бұршақ пюреі	130	150	180	Асбұршақ Сары май Иодталған тұз	60 4 0,2	70 5 0,2	85 5 0,2
4	Балғын алма мен мейізден жасалған компот	200	200	200	алма мейіз қант	143 5 3	143 5 3	143 5 3
5	Бидай нан	30	50	50	нан	30	50	50
					ккал	330	390	419

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 17.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Тауық еті қаймақ соусында	70	90	100	тауық еті Сары майы Бидай ұны қаймақ	94 3 3 8	107 5 5 10	115 5 5 10
2	Гарнир: борпылдақ қарақұмық көкөністермен	130	150	180	Иодталған тұз қарақұмық Сары май Иодталған тұз сәбіз пияз	0,2 30 3,0 0,2 60 40	0,2 38 5,0 0,2 65 45	0,2 45 7,0 0,2 70 50
3	Балғын алма мен мейізден жасалған компот	200	200	200	алма мейіз қант	143 5 3	143 5 3	143 5 3
4	Бидай нан	30	50	50	нан	30	50	50
					ккал	422	481	508

Каш

Аспазшы

Ж.Казиханова



Г.Кенжегалиева

«19.09» қыркүйек 2025 ЖЫЛ

Ас мәзірі 19.09.2025

Тағамның атауы	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	Тағамның ингредиенттері	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	200	220	250	сиыр еті	111	128	138
				өсімдік майы	4	5	5
				тәтті болгар бұрышы	20	25	25
				сәбіз	25	25	25
				пияз	20	23	23
				картоп	80	90	90
				аскөк	10	10	10
				орамжапырақ	55	65	65
				сарымсақ	5	5	5
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2
2	200	200	200	алма	200	200	200
3	200	200	200	Какао ұнтағы	7	7	7
				сүт	180	180	180
				қант	3	3	3
4	30	50	50	нан	30	50	50
				ккал	750	785	795

Аспазшы

Ж.Казиханова

Бекітемін
 Мектеп директоры
 Г.Кенжеғалиева
 2025 жыл
 22.09.2025

Ас мәзірі 22.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Күркетауық етінен палау	200	220	250	Күркетауық еті Өсімдік май күріш сәбіз пияз Йодталған тұз	85 5 45 30 17 0,1	98 5 50 34 20 0,2	105 7 55 40 25 0,3
2	Сүт	150	200	200	Сүт	150	200	200
3	Алма	200	200	200	алма	200	200	200
4	Қара Бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					ккал	562	592	630

қазып

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 23.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Еттен жасалған шариктер	70	90	100	сыыр еті	80	90	100
					өсімдік майы	2,0	3,0	3,0
					Бидай ұны	7	12	15,0
					жұмыртқа	5	5	5,0
					пияз	7	12	15
					Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2
2	Соус қаймақтан	20	20	20	Бидай ұны	2,0	2,0	2,0
					Қаймақ	10,0	10,0	10,0
					Сары май	2,0	2,0	2,0
3	Көкөністермен Рагу	130	150	180	Картоп	78,0	91,0	109,0
					Өсімдік майы	3	5	5
					сәбіз	52,0	62,0	72,0
					пияз	13	15	18
					Орамжапырақ	54,0	63,0	63,0
					Йодталған тұз	0,1	0,2	0,2
4	Балғын алма мен мейізден жасалған компот	200	200	200	алма	143	143	143
					мейіз	5	5	5
					қант	3	3	3
5	Қара бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					Қалал	494	556	590

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 24.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Тауық таяқшалары	70	90	100	тауық еті	66	77	88
					Сары майы	1,0	1,0	2,0
					Бидай ұны 1 сорт	3	6	9
					нан	5,0	7,0	9,0
					Жұмыртқа	20,0	20,0	20,0
					Сүт 2,5	5,0	6,0	7,0
					Нан үгіндісі	4,0	7,0	9,0
					Иодталған тұз	0,2	0,2	0,2
2	Соус қаймақтан	20	20	20	Бидай ұны	2,0	2,0	2,0
					Қаймақ	10,0	10,0	10,0
					Сары май	2,0	2,0	2,0
3	Бұршақ пюресі	130	150	180	Асбұршақ	60	70	85
					Сары май	4	5	5
					Иодталған тұз	0,2	0,2	0,2
4	«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	алма	89,0	89,0	89,0
					лимон	40,0	40,0	40,0
					қант	3,0	3,0	3,0
5	Банан	200	200	200	банан	200	200	200
6	Қара бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					Ккал	544	595	629

Аспазшы

Жазық

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 24.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Тауық таяқшалары	70	90	100	тауық еті	66	77	88
					Сары майы	1,0	1,0	2,0
					Бидай ұны 1 сорт	3	6	9
					нан	5,0	7,0	9,0
					Жұмыртқа	20,0	20,0	20,0
					Сүт 2,5	5,0	6,0	7,0
					Нан үгіндісі	4,0	7,0	9,0
					Иодталған тұз	0,2	0,2	0,2
2	Соус қаймақтан	20	20	20	Бидай ұны	2,0	2,0	2,0
					Қаймақ	10,0	10,0	10,0
					Сары май	2,0	2,0	2,0
3	Бұршақ пюресі	130	150	180	Асбұршақ	60	70	85
					Сары май	4	5	5
					Иодталған тұз	0,2	0,2	0,2
4	«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	алма	89,0	89,0	89,0
					лимон	40,0	40,0	40,0
					қант	3,0	3,0	3,0
5	Банан	200	200	200	банан	200	200	200
6	Қара бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					Қал	544	595	629

Аспазшы

Жазық

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 25.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто,гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Балықтан жасалған шариктер	70	90	100	Минтай балығының еті нан Сүт Жұмыртқа Ұн Сары май	76 5 8 8 3 3	86 8 10 8 3 3	105 10 15 10 3 3
2	Сүтті -қызанақ соусы	20	20	20	Иодталған тұз Сүт Сары май Ұн 1 сорт Қызанақ пастасы	0,1 10 3 3 3	0,1 10 3 3 3	0,2 10 3 3 3
3	Картоп-сәбіз шоресі	130	150	180	Картоп Сәбіз Сүт Сары май Йодталған тұз	140 55 40 8 0,2	144 75 15 8 0,2	150 90 25 8 0,3
4	Алма	200	200	200	алма	200	200	200
5	Гарнир	30	30	30	асбұршақ	30,0	30,0	30,0
6	Итмұрын сусыны	200	200	200	Итмұрын Қант	30 3	30 3	30 3
7	Қара бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					ккал	658	690	747

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова

Бекітемін
Мектеп директоры Г.Кенжеғалиева
«26» сентябрь 2025 жыл

Ас мәзірі 26.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Қайнатылған сиыр еті	70	90	100	сиыр еті пияз Йодталған тұз	86 18 0,2	128 20 0,2	138 30 0,3
2	Макарон /сочни Жайма	130	150	180	Макаронөңімі Йодталған тұз	0,1 0,1	0,1 0,1	0,2 0,2
3	Сүтті какао	200	200	200	Какаоұнтағы құт қант	7 180 3	7 180 3	7 180 3
4	Қара бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50
					ккал	324	388	408

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры

Г.Кенжеғалиева

2025 жыл

Ас мәзірі 29.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Күркетауық етінен гуляш	70	90	100	Күркетауық еті Сары май Бидай ұны Томат пастасы сәбіз пияз Йодталған тұз	70 3 4 3 15 10 0,2	85 4 4 3 20 15 0,2	90 5 4 3 25 18 0,2
2	Күріш көкөністермен	130	150	180	күріш Сары май сәбіз пияз Йодталған тұз аскөк банан	40,0 8,0 15 12 0,2 5,0 200	45,0 8,0 19 15 0,2 7,0 200	50,0 8,0 22 17 0,2 7,0 200
3	Банан	200	200	200	алма лимон қант	89,0 40,0 3,0	89,0 40,0 3,0	89,0 40,0 3,0
4	«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	Қара бидай наны	30	50	50
5	Қара бидай наны	30	50	50	ккал	547	605	629

Аспазшы

Ж.Казиханова

Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжеғалиева
«19» сәуір 2025 жыл

Ас мәзірі 30.09.2025

№	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, гр			Тағамның ингредиенттері	Брутто, гр		
		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1	Еттен жасалған котлет	70	90	100	сiыр етi өсiмдiк майы Бидай ұны жұмыртқа пияз Йодталған тұз Бидай ұны Сары май макарон Сары май сәбiз рияз Тәтi болғар бұрышы Йодталған тұз алма нан Кептiрiлген жемiс қант ккал	80 2 7 5 10 0,2 2,0 2,0 40 3 8 7 7 0,1 200 30 20 3 406	90 3 12 5 15 0,2 2,0 2,0 45 5 10 10 8 0,2 200 50 20 3 453	100 3 15 5 18 0,2 2,0 2,0 55 8 12 12 10 0,2 200 50 20 3 484
2	Соус сарымайдан	10	10	10				
3	Көкөністермен қайнатылған макарон	130	150	180				
4	Алма	200	200	200				
5	Бидай нан	30	50	50				
6	Кептірілген жемістерден компот	200	200	200				

Аспазшы

Ж.Казиханова