

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

2-10 2023ж

## Ас мәзірі 1-апта Дүйсенбі

### Меню 1неделя Понедельник

1	Үйдегі кеспе сорпасы	1	Суп лапша домашняя	200
2	Тефтелдер соус қосылған	2	Тефтели с соусом	80
3	Тұздық: пісірілген қарақұмық	3	Гарнир: гречка рассыпчатая	100
4	Қант қосылған шәй	4	Чай черный с сахаром	200
5	Қара бидай наны	5	Хлеб ржано-пшеничный	20
6	Ара балы	6	Мед пчелиный	13
7	Қатты ірімшік	7	Сыр твердый	50
8	Калория мөлшері,	8	ккал	434

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

3 / 10 2023ж

## Ас мәзірі 1апта Сейсенбі

## Меню 1неделя Вторник

1	Сүйек сорпасына қайнатылған жарма	1	Суп с крупой на к/б	200
2	Үй жағдайында жасалған жаркое	2	Жаркое подомашнему	60
3	Көкөністен жасалған балғын салат	3	С-т из свежих овощей	150
4	Жидек киселі	4	Кисель ягодный	200
5	Қара бидай наны	5	Хлеб ржано-пшеничный	250
6	Алма жеміс	6	Фрукт яблоко	20
7	Калория мөлшері,	7	ккал	600

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры:

Н.Н. Шахметов

4 10 2023ж

## Ас мәзірі 1апта Сәрсенбі

### Меню 1неделя Среда

1	Сүйек сорпасынан рассольник	1	Рассольник на к/б	200
2	Бұқтырылған ет(сиыр еті)	2	Мясо тушеное (говядина)	80
3	Тұздық: бұқтырылған қырыққабат	3	Гарнир: капуста тушенная	100
4	Кептірілген жемістерден жасалан сусын	4	Компот из сухофруктов	200
5	Қара бидай наны	5	Хлеб ржано - пшеничный	20
6	Қатты ірімшік	6	Сыр твердый	20
7	Калория мөлшері,	7	ккал	631

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

5 10 2023ж

## Ас мәзірі 1апта Бейсенбі

## Меню 1апта четверг

1	Сәбіз салаты	1	С-т из моркови	60
2	Сүйектегі бұршақ сорпасы	2	Суп бобовый на к/б	200
3	Тұздық қосылған балық котлеттері	3	Котлеты рыбные с соусом	80
4	Тұздық: пісірілген макарон	4	Гарнир: макароны отварные	75
5	Алма шырыны	5	Сок яблочный	200
6	Қара бидай наны	6	Хлеб ржано пшеничный	20
7	Калория мөлшері,	7	ккал	675

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

6-10 2023ж

**Ас мәзірі** 1апта Жұма

**Меню** 1неделя пятница

1	Сүйек сорпасынан жасалған харчо	1	Суп харчо на к/б	200
2	Ет котлеттері	2	Котлеты мясные	80
3	Тұздық: картоп езбесі	3	Гарнир: картофельное пюре	100
4	Ара балы	4	Мед пчелиный	13
5	Тәтті шәй	5	Чай сладкий	200
6	Қара нан мен сары май	6	Хлеб ржано-пшеничный со сливочным маслом	20\5
7	Калория мөлшері,	7	ккал	593