

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

2.10.2023ж

Ас мәзірі

2апта Дүйсенбі

Меню 2неделя Понедельник

| | | | | |
|---|--------------------------------|---|----------------------------------|------|
| 1 | Сүйек сорпасынан жасалған борщ | 1 | Борщ на к/б | 200 |
| 2 | Ет котлеттері | 2 | Котлеты мясные | 80 |
| 3 | Тұздық: бұқтырылған қарақұмық | 3 | Гарнир: гречка отварная | 100 |
| 4 | Қара шәй қантпен | 4 | Чай черный с сахаром | 200 |
| 5 | Қара бидай наны сары маймен | 5 | Хлеб ржаной - пшеничный с маслом | 20/5 |
| 5 | Ара балы | 6 | Мед пчелиный | 12 |
| 7 | Калория мөлшері, | 7 | ккал | 534 |

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

10.10.2023ж



Ас мәзірі 2апта Сейсенбі

Меню 2неделя Вторник

| | | | | |
|---|---------------------------------------|---|-------------------------------|-----|
| 1 | Қырық қабат салаты | 1 | С-т из капусты | 60 |
| 2 | Сүйек сорпасынан жасалған харчо | 2 | Суп харчо на к/б | 200 |
| 3 | Тауықпен картоптан жасалған үй тағамы | 3 | Жаркое по домашнему с курицей | 150 |
| 4 | Кептірілген жемістерден жасалан сусын | 4 | Компот из сухофруктов | 200 |
| 5 | Қара бидай наны | 5 | Хлеб ржаной - пшеничный | 20 |
| 6 | Алма | 6 | Яблоко | 250 |
| 7 | Калория мөлшері, | 7 | ккал | 694 |

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

11.10.2023ж

Ас мәзірі 2апта Сәрсенбі

Меню 2неделя Среда

| | | | | |
|---|--------------------------|---|-------------------------|-----|
| 1 | Үйде жасалған кеспе коже | 1 | Суп лапша домашняя | 200 |
| 2 | Палау (сыыр еті) | 2 | Плов (говядина) | 150 |
| 3 | Қара шәй қантпен | 3 | Чай черный с сахаром | 200 |
| 4 | Қара бидай наны | 4 | Хлеб ржаной - пшеничный | 20 |
| 5 | Ірімшік | 5 | Сыр твердый | 20 |
| 6 | Калория мөлшері, | 6 | ккал | 587 |

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

12.10.2023ж

Ас мәзірі 2апта Бейсенбі

Меню 2апта Четверг

| | | | | |
|---|-------------------------------------|---|--------------------------|-----|
| 1 | Балғын көкөністерден жасалған салат | 1 | Салат из свежих овощей | 60 |
| 2 | Бұршақ қосылған сүйек сорпасы | 2 | Суп бобовый на к/б | 200 |
| 3 | Тұздық қосылған балық котлеті | 3 | Котлеты рыбные с соусом | 80 |
| 4 | Пісірілген макарон гарниры | 4 | Гарнир макароны отварные | 100 |
| 5 | Қара бидай наны | 5 | Хлеб ржаной - пшеничный | 20 |
| 6 | Алма | 6 | Алма | 250 |
| 7 | Мултидәруменді шырын | 7 | Сок мультивитамин | 200 |
| 8 | Калория мөлшері, | 8 | ккал | 868 |

Бекітемін:

Қосшы қаласының

ІТ мектеп-лицейінің

директоры

Н.Н. Шахметов

13 10 2023ж

Ас мәзірі 2апта жұма

Меню 2 неделя Пятница

| | | | | |
|---|---|---|-------------------------|-----|
| 1 | Сүйек сорпасында қайнатылған көкөністер | 1 | Суп из овощей на к/б | 200 |
| 2 | Етті кесектер | 2 | Биточки мясные с соусом | 80 |
| 3 | Тұздық: арпа жармасы | 3 | Гарнир: перловка | 100 |
| 4 | Тәтті шәй | 4 | Чай сладкий | 200 |
| 5 | Қара бидай наны | 5 | Хлеб ржаной - пшеничный | 20 |
| 6 | Ара балы | 6 | Мед пчелиный | 12 |
| 7 | Ірімшік | 7 | Сыр | 20 |
| 8 | Калория мөлшері, | 8 | ккал | 510 |