

Екінші апта, 3-ші күн

| Тағамның атауы                  | 6 (7)-10 жас        | 11-14 жас | 15-18 жас | Тағамның<br>ингредиенттері | 6 (7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
|---------------------------------|---------------------|-----------|-----------|----------------------------|--------------|-----------|-----------|
|                                 | Тағамның шығымы/гр. |           |           |                            | брутто/гр.   |           |           |
| Құс етімен<br>рассольник        | 200                 | 230       | 250       | картоп                     | 20           | 23        | 25        |
|                                 |                     |           |           | пияз                       | 15           | 17        | 19        |
|                                 |                     |           |           | лукон қышқартқы            | 0,2          | 0,2       | 0,2       |
|                                 |                     |           |           | өсімдік майы               | 9            | 10        | 11        |
|                                 |                     |           |           | сәбіз                      | 20           | 25        | 30        |
| Алма                            | 100                 | 100       | 100       | құс еті                    | 28           | 33        | 40        |
|                                 |                     |           |           | күріш                      | 26           | 35        | 42        |
|                                 |                     |           |           | алма                       | 100          | 100       | 100       |
| Кептіріліген<br>жемістен компот | 200                 | 200       | 200       | кептіріліген<br>жеміс      | 1            | 1         | 1         |
|                                 |                     |           |           | қант                       | 5            | 5         | 5         |
| Қара бидай-бидай<br>наны        | 20                  | 35        | 40        | қара бидай-бидай<br>наны   | 20           | 35        | 40        |
| Калориялығы, ккал               |                     |           |           |                            | 602          | 634       | 651       |