



Бекітемін: *М. Русаков*
 М. Русаков атындағы мектеп-интернаты
 Директоры Жамшылбаева П.С.
 «1» *Қыркүйек* 2024ж.

2 аптаға арналған келешек АС МӘЗІРІ
 Қыркүйек айынан желтоқсан айына дейін

Дүйсенбі

Таңғы ас	1-4	5-9	
Бидайдан ботқа	200	200	гр
Ақ нан сары май	50/15		гр
Қара нан	50		гр
Сүтпен какао	200		гр
Түскі ас			
Сәбізге сыр қосылған салат	100	120	гр
Ас бұршақтан көже ет с/ж		300	гр
Турама зразылар Гарнир-вермешель Асқатықпен		70 180	гр
Ақ нан, қара нан	50/50		гр
Кисель+вит С	200		гр
Алма	1		шт
Түстен кейінгі ас			
Бәліш картопен	80	100	гр
Айран	200		гр
Кешкі ас №1			
Піскен жұмыртқа	1		шт
Балық консервасы Гарнир-картоптан езбе		100/80	гр
Ақ нан, сары маймен	90/20		гр
Қара нан	50		гр
Сүтпен шәй	200		гр
Кешкі ас №2			
Вафли	25		гр
Шырын	200		гр

Сейсенбі

Таңғы ас	1-4	5-9	
Тарыдан ботқа сүтпен	180	220	гр
Ақ нан, сары май	50/15		гр
Қара нан, сыр	50/20		гр
Сүт қосылған кофе	200		гр
Тәтті карамель	25		гр
Түскі ас			
Қызылшадан салат	100	120	гр
Үй кеспесі көже ет с/ж		300	гр
Бұқтырылған ет	60	70	гр
Гарнир/ қырыққабат, картоппен		180	гр
Ақ нан, қара нан	50/50		гр
Қақтан нәрсу+вит С	200		гр
Банан	1		Шт
Түстен кейінгі ас			
Ірімшіктен пісірме	150	170	гр
Сүтпен шәй	200		гр
Кешкі ас №1			
Буға піскен тауық еті	70	80	гр
Гарнир-қарамық сары маймен	160	200	гр
Ақ нан, сары май	50/20		гр
Қара нан	50		гр
Сүтпен какао	200		гр
Кешкі ас №2			
Ақ нан	50		гр
Йогурт айраны	200		гр