

Бірінші апта, 4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы/гр.			Тағамның ингредиенттері	брутто/гр.		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Құс еті қосылған үй кеспесі	200	230	250	құс еті	28	33	40
				сәбіз	20	25	30
				жұмыртқа	1	3	3
				ұн	4	5	7
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	жуа	2	2	2
				қызылша	50	50	50
				қант	3	3	3
				алма	7	7	7
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	кептірілген жемістен	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					564	664	740

ky