

Бірінші апта, 5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымды/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
Сыыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	бұршақ	16	18	20
				сыыр еті	61	73	80
				сабiз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
Алма	100	100	100	кызанақ	7	10	12
				алма	100	100	100
				келтірілген жеміс	1	1	1
				кант	5	5	5
Кептірілген жемістен компот	200	200	200				
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	кара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					590	637	664

ky