

Екінші апта, 4-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас			11-14 жас			15-18 жас		
	Тағамның шығымы/гр.			Тағамның ингредиенттері			6 (7)-10 жас		
Сыр етімен борщ	200	230	250	кызылша	30	35	38		
				кырыкжабат	23	26	28		
				кызанақ пастасы	5	6	7		
				сабіз	8	9	10		
				акжелкен	2	2	2		
				пияз	7	8	9		
				йодталған тұз	1,5	2	2		
Жеміс шырыны	200	200	200	өсімдік майы	3	3	3		
				сыыр еті	61	73	80		
				жеміс шырыны	200	200	200		
кара бидай-бидай наны	20	35	40	кара бидай-бидай наны	20	35	40		
Калориялығь, ккал					573,5	618	643		

68