

2022-2023 жылдарға арналған "Александровская ОМ" КММ жанындағы шағын орталықтың перспективті 10 күндік мәзірі

Апта күндері	Тағамның атауы	Тағамның граммен шығуы	Тағамның атауы	Тағамның шығуы
Дүйсенбі	Таңғы ас		Таңғы ас	
	Ұнтақ сүт ботқасы	150/200	Тары сүт ботқасы	150/200
	Сары май қосылған қара бидай наны	25/7,60/10	Нан қосылған ірімшік	25/6,60/8
	Сүтпен шәй	150/180	Қантпен шәй	150/200
	Алма	100/150	Алма	100/150
	Түскі ас		Түскі ас	
	Қызылша салаты	40/60	Алма мен сәбіз салаты	40/60
	Сорпаның ет текшесіндегі бұршақ сорпасы	150/200	Сорпаның ет текшесіндегі қарақұмық сорпасы	150/200
	Етпен бұқтырылған картоп	150/200	Бұқтырылған көкөністер	150/200
	Кептірілген жеміс компоты	150/200	Қантпен шәй	150/180
	Ақ бидай наны	30/40	Ақ бидай наны	30/40
	Бесіндік		Бесіндік	
	Пірәндік	25/30	Алмамен шарлотка	60/70
	Айран	150/200	Жеміс киселі	150/200
Кешкі ас		Кешкі ас		
Сүзбе қосылған субұйрек	150/200	Омлет	60/80	
Қантпен шәй	150/180	Кептірілген жеміс компоты	150/180	
Сейсенбі	Таңғы ас		Таңғы ас	
	Тары сүт ботқасы	150/200	Арпа сүті ботқасы	150/200
	Ірімшік қосылған қара бидай наны	25/6,60/8	Ірімшік қосылған қара	25/6,60/8
	Кофе сусыны	150/180	Кофе сусыны	150/180
	Алма	100/150	Алма	100/150
	Түскі ас		Түскі ас	
	Витаминді салат(орамжапырақ, сәбіз, алма)	40/60	Өсімдік майындағы жасаң қырыққабат салаты	40/60
	Сорпаның ет текшесіндегі қарақұмық сорпасы	150/200	Балық сорпасы	150/200
	Етпен палау	150/200	Етпен палау	150/200
	Қантпен шәй	150/200	Кептірілген жеміс компоты	150/180
	Ақ бидай наны	150/180	Ақ бидай наны	150/180
	Бесіндік		Бесіндік	
	Тоқаш	30/40	Пірәндік	30/40
	Жеміс киселі	60/70	Айран	60/70
Кешкі ас		Кешкі ас		
Омлет	150/200	Сүзбе қосылған субұйрек	150/200	
Кептірілген жеміс компоты	60/70	Қантпен шәй	150/180	
Бидай наны	150/200			
	30/40			

Сәрсенбі	Таңғы ас Арпа сүті ботқасы Қара нан Сүтпен шәй Алма Түскі ас Өсімдік майындағы сәбіз салаты Үйдңгідей қуырдақ Кептірілген жеміс компоты Ақ бидай наны Бесіндік Вафлі Айран Кешкі ас Сүтті геркулес ботқасы Қантпен шәй Ақ бидай наны	150/200 25/30 150/200 100/150 40/60 150/200 150/180 35/40 60/70 150/200 150/180 25/40	Таңғы ас Жарма сүт ботқасы Қара бидай наны Қантпен шәй Алма Түскі ас Өсімдік майындағы вингрет Ет сорпасындағы бұршақ сорпасы Қарақұмық гарнирі Гуляш Кептірілген жеміс компоты Ақ бидай наны Бесіндік Тоқаш Кисель Кешкі ас Сүтті күріш ботқасы Қантпен шәй Ақ бидай наны	150/200 25/60 150/180 100/150 40/60 150/200 120/130 60/80 150/180 35/40 60/70 150/200 150/200 150/180 25/40
	Таңғы ас Сорпа сүт кеспесі Ірімшік қосылған қара бидай наны Кофе сусыны Түскі ас Өсімдік майындағы сәбіз салаты Сорпаның ет текшесіндегі щи Ет котлеттері Піскен макарон гарнирі Кептірілген жеміс компоты Ақ бидай наны Бесіндік Піспенан Табиғи шырын Кешкі ас Тұшпапа Қантпен шәй	150/200 25/7,60/8 150/180 40/60 150/200 60/80 120/130 150/180 40/25 60/70 150/200 150/200 150/180	Таңғы ас Жүгері сүті ботқасы Ірімшік қосылған қара бидай наны Кофе сусыны Түскі ас Өсімдік майындағы қызылша салаты Сорпаның ет текшесіндегі борщ Гуляш Гарнир картоп пюресі Кептірілген жеміс компоты Ақ бидай наны Бесіндік Піспенан Айран Кешкі ас Тұшпара Қантпен шәй	150/200 25/6,60/8 150/180 40/60 150/200 60/80 120/130 150/180 25/40 60/70 150/200 150/200 150/180

Жұма	Таңғы ас		Таңғы ас	
	Жүгері сүті ботқасы	150/200	Сүтті геркулес ботқасы	150/200
	Ірімшік қосылған қара бидай наны	25/6,60/8	Сары май қосылған қара бидай наны	25/6,60/8
	Кофе сусыны	150/180	Кофе сусыны	
	Түскі ас		Түскі ас	150/1800
	Өсімдік майындағы вингрет	40/60	Өсімдік майындағы всәбіз салаты	
	Ет сорпасындағы күріш сорпасы	15/200	Ет сорпасындағы арпа сорпасы	40/60
	Балық котлеті		Ет котлетасы	
	Картоп пюресі гарнирі	60/80	Піскен макарон гарнирі	150/180
	Кептірілген жеміс компоты	120/130	Кептірілген жеміс компоты	
	Ақ бидай наны	150/180	Ақ бидай наны	60/80
	Бесіндік	25/40	Бесіндік	120/130
	Пірәндік		Пірәндік	150/180
	Кисель	60/70	Табиғи шырын	
	Кешкі ас	150/200	Кешкі ас	25/40
	Омлет		Омлет	
	Қантпен шәй	60/80	Қантпен шәй	60/70
	150/180		150/200	
			60/80	
			150/180	

Медқызметкер М.Е. Е.Ю.Максакова

Ш/б аспазы Н.В. Н.В.Савицкая