

2023-2024 оқу жылына арналған екі апталық перспективалық ас мәзірі
Бірінші апта (06.11-10.11.2023ж)

Дүйсенбі	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтті жарма ботқасы	150	200	250
Тілім нан сарымай және ірімшікпен	35/10	35/10	35/10
Тәтті шай	200	200	200
Түскі ас			
Піскен шұжық тұздықпен	60/50	60/50	60/50
Қайнатылған вермишель	100	100	150
Тәтті шай	200	200	200
Нан	35	35	40
Балғын жеміс	1 дана	1 дана	1 дана
Сейсенбі	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Құс етімен палау	150	200	250
Нан	35	35	40
Жидек қоймалжыңы	200	200	200
Салат (маусымдық)	60	80	100
Сәрсенбі	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтті ботқа	150	200	250
Тілім нан, сарымай және ірімшік	35/10/15	35/10/15	35/10/15
Тәтті шай	200	200	200
Балғын жеміс	1 дана	1 дана	1 дана
Түскі ас			
Котлет сиыр етінен тұздықпен	50/50	50/50	80/50
Шашыранқы қаракұмық	100	100	100
Нан	35	35	40
Жидек сусыны	200	200	200
Пряник	1 дана	1 дана	1 дана
Бейсенбі	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тұздықта бұқтырылған құс еті	50/50	50/50	75/50
Қайнатылған кеспе	100	100	150
Тәтті шай лимонмен	200	200	200
Нан	35	35	40
Жұма	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қуырылған сиыр еті тұздықпен	50/50	50/50	50/50
Бұқтырылған күріш	100	100	150
Жидек сусыны	200	200	200
Нан	35	35	40
Салат (маусымдық)	60	80	100