**Оқушыларға арналған ас мәзірі**

**Дүйсенбі 21.11.2022 ж.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тағамның атауы | Тағамның шығуы 7-10 жас (11оқушы) | Тағамның шығуы11-14 ж (6 оқушы | Тағамның шығуы15-18 ж (5 оқушы) | Брутто, г7-10 жас | Брутто, г11-14 жас | Брутто, г15-18 жас |
| Биточки | 75/5 | 85/5 | 95/5 | 126 | 145 | 163 |
| Күріш  | 100 | 130 | 150 | 10 | 10 | 10 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 | 20 | 35 | 40 |
| Сүзбеше | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Сүт  | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 | 200 |
| Бал  | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Калория, ккал |  |  |  | 570 | 638 | 684 |