



"Салмақов" Директор МҚБУ Лауаз. №1 И.С. Жаншолан



"Уткерген" Директор МҚБУ Лауаз. №1 И.С. Жаншолан

Меню приготовления блюд на 22<sup>а</sup> Апрель 2026 год.

Возрастная категория с 7 до 11 лет;  
Бесплатное горячее питание.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя/день		Первая/ Понедельник					
Обед							
	148	Суп-лапша домашняя	200	12,08	13,40	9,28	138,10
	ТТК 5	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	1,67	2,47	158,00
	511	Рис припущенный	150	3,45	5,40	34,92	223,20
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			700	33	21	86	705
Итого стоимость рациона							93-50

Возрастная категория с 12 до 18 лет;  
Родительская плата; ММС.

Прием пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Обед							
	148	Суп-лапша домашняя	250	2,60	4,25	11,60	116,20
	ТТК 5	Гуляш из мяса птицы	90	13,63	11,70	12,47	279,00
	511	Рис припущенный	180	7,14	12,10	51,90	242,46
	685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,90	40,00
	3	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	60	4,00	0,60	29,20	146,00
Итого за обед			780	28	29	115	824
Итого стоимость рациона							100-10

Технолог общественного питания: *Жаншолан* В.Н.Жаншолан

