Ас мәзірі (1 апта) 11-18 жас

жыл уақыты: күз, қыс, көктем

			шығу
	дүйсенбі		
	Сары май қосылған күріш сүт боткасы		200/10
	Тоқаш ірімшіктен		50/15
	Қантпен шай		200
	Қара бидай наны		40
	Көкөністерден әзірленген салат		
	сейсенбі		
	ет қосылған картоп пісірмесі сүт тұздығы		50/150/50
	Кептірілген жемістерден әзірленген сусынды витаминделген		200
	Қара бидай наны		40
	Көкөністерден әзірленген салат		
	сәрсенбі		
	Бигус сиыр етінен балғын және қырыққабат		25/150
	Қоюлатылған сүтпен сүзбе пудингі		40
	Витаминделген жеміс-жидек киселі		200
	алма		100
	Қара бидай наны		40
	бейсенбі		
	Балық биткесі, негізгі қызыл түздық		50/50
	Картоп шорасі		200
	Алма-апельсиннан сусын		200
	Қара бидай наны		40
	Көкөністерден әзірленген салат		100
	жұма		
	Тауықтан шалау		50/50
	Пісірілген спагетти		200
	айран		200
	Қара бидай наны		40
	Көкөністерден әзірленген салат		100