

Ас мәзірі (3 апта) 11-18 жас

жыл уақыты: күз, қыс, көктем

		шығу	
<b>дүйсенбі</b>			
Сары май қосылған жүгері сүт ботқасы		200/10	
Ірімшіктен тоқаш		50/15	
Қапталған шай		200	
Қара бидай наны		40	
Жас алма		100	
<b>сейсенбі</b>			
Татарлар азуы		50/200	
Витаминделген жеміс-жидек киселі		200	
Қара бидай наны		40	
Көкөністерден әзірленген салат		100	
<b>сәрсенбі</b>			
Шабылған шницель, қызыл тұздық		50/50	
Пісірілген макарондар		150	
Жұмыртқадан күріштен тоқаштар		40	
Қара бидай наны		40	
алма		100	
сүт қосылған какао		200	
<b>бейсенбі</b>			
Балық биткесі, негізгі қызыл тұздық		50/10	
Картоп піресі		200	
Лимоны бар шай		200	
Қара бидай наны		40	
Көкөністерден әзірленген салат			
<b>жұма</b>			
Тауық етінен палау		50/50	
Витаминделген жеміс-жидек киселі		200	
Қара бидай наны		40	
Көкөністерден әзірленген салат		100	