Ас мәзірі (3 апта) 11-18 жас

жыл уақыты: күз, қыс, көктем

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