**КГУ «Школа-лицей №4 им.Абая» РЕКОМЕНДУЕМОЕ МЕНЮ**

**блюд для организации одноразового бесплатного питания учащихся**

**1-4-х классов, учащихся из малообеспеченных и многодетных семей,**

**а также учащихся, находящихся под опекой в общеобразовательных**

 **школах на 2023 год**

**ІІ неделя**

**Четверг**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **Выход блюд, грамм** | **Ккал** |
| Салат из свежих овощей  | 60-80 гр. | 32 |
| Рыба тушеная | 75\30 гр. | 172 |
| Пюре картофельное | 100-150 гр. | 133 |
| Хлеб  | 20-40 гр. | 27 |
| Сок натуральный | 200 гр. | 150 |
| **Калорийность** |  | **482** |

Медсестра: Ж.Е. Мурзатова