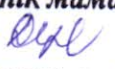


БЕКІТЕМІН»
 Маңғыстау облысының білім басқармасының
 Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің
 «Ә.Жанкелдин жалпы білім беретін
 мектеп» КММ-нің директоры
 Избасаров Ж.Ш.
 «30» 03 2022ж

Ас мәзірі

(Бір реттік тамақ-екінші таңғы ас,
 екінші кезеңдегі оқушылар үшін-бесіндік)
 Жас ерекшеліктеріне байланысты тағам мөлшері
 (1апта4- күн)

Тағам аттары	6(7)-10 жас		11-14 жас		15-18 жас		Тағам ингредиентте рі
	Тағам шығымы, г	Ккал л	Тағам шығымы, г	Ккал л	Тағам шығымы, г	Ккал л	
Бұқтырылған сиыр еті	100	232		110	235.2	120	Сүт сұлы жармасы, сары май, йодталған тұз
Компот кептірілген жемістен	200	23		200	23	200	Кеттірілген жеміс, секер
Гарнир қайнатылған макарон	100	112		120	123.1	130	макарон
Қара бидай- бидай наны	20	51,8		35	90.6	40	Қара бидай-бидай наны
Тәтті салаты	40	41.6		50	48.2	60	Қызылша өсімдік майы
Калориядағ ы, ккал		460.4				520.1	

Әлеуметтік маман: 
 Медбике: 
 Жеке кәсіпкер: 