

«БЕКІТЕМІН»

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің

директоры А.С.Жанкелдин Қ.Оразалиев

«18 » 11 2024ж



Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға үйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Тағамның атауы	Бірінші апта, 1-ші күн			Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
	Тағамның шығымы/гр.							
	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас					
Сұтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30	34,5	38	
				сұт	105	121	131	
				қант	8	12	13	
				йодталған тұз	1	1	1,5	
Сары май	8	12	13	сары май	8	12	13	
Сүзбеше	50	50	50	сүзбеше	50	50	50	
Ара балы қосылған шайы	205	205	2055	ара балы	5	5	5	
				шай	200	200	200	
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40	
Калориялдығы, ккал					504	557,5	586,5	

Жеке кәсіпкер: Алесі

Аспаз: Алесі

Әлеуметтік педагог: Алесі

Медбике: Алесі



«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: К.Оразалиев
«19» 11 2024ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің үйымдастырылған ыссыз тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 2-ші күн

Тағамның атаяуы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сыр еті қосылған бұқтырылған күріш	150	200	230	сиыр еті	61	73	80
				күріш жармасы	51	61	68
				өсімдік майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				сәбіз	14	17	19
Балғын көкеніс салаты	60	80	100	қырыққабат	58	78	98
				сәбіз	7	9	11
				қант	4	5	6
				өсімдік майы	6	8	10
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жемістен компот	1	1	1
				қант	5	5	5
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					484	541	582

Жеке кәсіпкер: Алесі
 Аспаз: Рози
 Әлеуметтік педагог: Дарын
 Медбике: София

«БЕКІТЕМІН»

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: *К.Оразалиев*



«20» 11 2024ж

**Бейнеу ауданы бойынша білім белімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға
ұйымдастырылған ыссыз тамақтың апталық ас мәзірі**

Тағамның атауы	Бірінші апта, 3-ші күн			Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Тағамның шығымы/гр.							
Тефтели сорпасы	200/25	230/25	250/25	Тартылған сиыр еті	28	33	40
				сәбіз	11	13	14
				пияз	9	10	11
				картоп	1	1	1,5
				қызанақ пастасы	3	3	3
				өсімдік майы	4	5	5
				йодталған тұз	1	1	1
				куріш	16	18	20
Жеміс шырыны	200	200	200	Жеміс, алма, өрік мультивитамин	200	200	200
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					713	764	793

Жеке кәсіпкер: *Алес*

Аспаз: *Бадын*

Әлеуметтік педагог: *Дарын*

Медбике: *Озбек*

«БЕКІТЕМІН»

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры:  К.Оразалиев

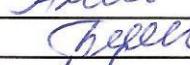
«21» 11 2024ж

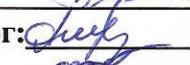


Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Тағамның атауы	Бірінші апта, 4-ші күн			Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.						
Құс еті қосылған үй кеспесі	200	230	250	Құс еті	28	33	40
				Жұмыртқа	1	3	3
				сәбіз	20	25	30
				пияз	2	2	2
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	қызылшаша	50	50	50
				қант	3	3	3
				алма	7	7	7
				Кептірілген жемістен компот	1	1	1
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	қант	5	5	5
				Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал				564	664	740	

Жеке кәсіпкер: 

Аспаз: 

Әлеуметтік педагог: 

Медбике: 



«БЕКИТЕМИН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
Директоры: А.С. Оразалиев К.Оразалиев

«12» 11 2024 ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға
ұйымдастырылған ыссы тاماқтың алтالық ас мәзірі

Тағамның атауы	Бірінші апта, 5-ші күн			Тағамның ингредиенттері	брутто/гр.		
	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тағамның шығымы/гр.							
Сиыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	Үрме бұршақ	16	18	20
				Сиыр еті	61	73	80
				сәбіз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
				алма	100	100	100
Алма	100	100	100	Кептірілген жемістен	1	1	1
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	қант	5	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялдығы, ккал					590	637	664

Жеке кәсіпкер: Алесе-
Аспаз: Ведес-
Әлеуметтік педагог: Олеу-
Медбике: Олеу-