

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

«БЕКІТЕМІН»

«03» 02 2025ж

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

Бірінші апта, 1-ші күн					
Тағамның атауы	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.
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30 34,5 38
				сүт	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 шай	5 5 5
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	200 200 200
Калориялығы, ккал					504 557,5 586,5

Жеке кәсіпкер: Аманжол

Аспаз: Аманжол

Әлеуметтік педагог: Аманжол

Медбике: Аманжол



«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры М.Қ.Оразалиев «02» 2025ж

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

Бірінші апта, 2-ші күн								
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас			15-18 жас
					брутто/гр.			
Сиыр 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	
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	14	17	19	
				қырыққабат	58	78	98	
				сәбіз	7	9	11	
				қант	4	5	6	
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	өсімдік майы	6	8	10	
				Кептірілген жемістен компот	1	1	1	
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қант	5	5	5	
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қант	5	5	5	
Калориялығы, ккал	484	541	582	қант	5	5	5	

Жеке кәсіпкер: Асқар
Аспаз: Берекет
Әлеуметтік педагог: Асқар
Медбике: Асқар

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

Бірінші апта, 3-ші күн							
Тағамның атауы	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.		
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
Жеміс шырыны	200	200	200	йодталған тұз	1	1	1
				күріш	16	18	20
				Жеміс, алма, өрік мультивитамин	200	200	200
қара бидай-бидай наны	100	100	100	алма	100	100	100
				қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					713	764	793

Жеке кәсіпкер: АсқарАспаз: СәулеӘлеуметтік педагог: АйгерімМедбике: Асқар

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

Бірінші апта, 4-ші күн							
Тағамның атауы	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.		
Құс еті қосылған үй кеспесі	200	230	250	Құс еті	28	33	40
				Жұмыртқа	1	3	3
				сәбіз	20	25	30
				ұн	4	5	7
				пияз	2	2	2
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	қызылша	50	50	50
				қант	3	3	3
				алма	7	7	7
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					564	664	740

Жеке кәсіпкер: Алла

Аспаз: Белла

Әлеуметтік педагог: Шеф

Медбике: Оле



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

«04» 02 2025 ж.

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

Бірінші апта, 5-ші күн							
Тағамның атауы	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.		
Сыыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	Үрме бұршақ	16	18	20
				Сыыр 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				
Келтірілген жемістен компот	200	200	200	Келтірілген жемістен	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					590	637	664

Жеке кәсіпкер: Алла
Аспаз: Берген
Әлеуметтік педагог: Ану
Медбике: Ану