

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

Екінші 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
					брутто/гр.		
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	26	35	42
				сүт	105	121	131
				секер	5	6	7
				Иодталған тұз	1	1	1,5
Сары май				сары май	5	6	8
Ірімшік	2	3	3	ірімшік	2	3	3
Ара балы қосылған шай	205	205	205	ара балы шай	5 200	5 200	5 200
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					452	500	528,5

Жеке кәсіпкер: Асқа

Аспаз: Белла

Әлеуметтік педагог: Алға

Медбике: Сәт



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

Екінші апта, 2-ші күн						
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сыыр еті	80	90	100	сыыр еті	61	73
				сәбіз	20	25
				пияз	8	9
				өсімдік майы	11	12
				йодталған тұз	1	1
Гарнир бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қызанақ	7	10
				қарақұмық жармасы	26	35
Сары май	4	5	6	сары май	4	5
Алма қосылған қызылша салаты	60	60	60	қызылша	50	50
				өсімдік майы	6	6
				алма	0,2	0,2
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	1	1
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қант	5	5
				Қара бидай бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал					490	561
						625

Жеке кәсіпкер: Асқақ
Аспаз: Асқақ
Әлеуметтік педагог: Асқақ
Медбике: Асқақ



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

Екінші 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.
Құс етімен рассольник (арпамен)	200	230	250	картоп	20 23 25
				пияз	15 17 19
				лимон қышқылы	0,2 0,2 0,2
				өсімдік майы	9 10 11
				сәбіз	20 25 30
Алма				құс еті	28 33 40
				арпа	26 35 42
	100	100	100	алма	100 100 100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	1 1 1
				қант	5 5 5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20 35 40
Калориялылығы, ккал					602 634 651

Жеке кәсіпкер: Нәселі
Аспаз: Василь
Әлеуметтік педагог: Сәуір
Медбике: Сәуір



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

Екінші 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
					брутто/гр.		
	Тағамның шығымы/гр.						
Сиыр етімен борщ	200	230	250	кызылша	30	35	38
				қырыққабат	23	26	28
				қызанақ пастасы	5	6	7
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				пияз	7	8	9
				йодталған тұз	1,5	2	2
Сүзбе	12	14	16	өсімдік майы	3	3	3
				сиыр еті	61	73	80
				сүзбе	12	14	16
Жеміс шырыны	200	200	200	жеміс шырыны	200	200	200
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					573,5	618	643

Жеке кәсіпкер: А. ОспановАспаз: А. ОспановӘлеуметтік педагог: А. ОспановМедбике: А. Оспанов

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

Екінші 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.		
Сиыр етімен күріш сорпасы	80	90	100	сиыр еті	61	73	80
				күріш	26	35	42
				картоп	0,4	0,4	0,4
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				пияз	7	8	9
				йодталған тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	өсімдік майы	8	11	13
				қияр	24	32	40
				қызанақ	18	24	30
				қырыққабат	17	23	29
Кисель	200	200	200	өсімдік майы	8	11	15
	20	35	40	кисель	4	4	4
Қара бидай – бидай наны				қара бидай – бидай наны	20	35	40
Калориялығы,ккал					460	531	586

Жеке кәсіпкер: Асыл
Аспаз: Асыл
Әлеуметтік педагог: Асыл
Медбике: Асыл