



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
					брутто/гр.	
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30	34,5
				сүт	105	121
				қант	8	12
				йодталған тұз	1	1
Сары май	8	12	13	сары май	8	12
Сүзбеше	50	50	50	сүзбеше	50	50
Ара балы қосылған шайы	205	205	2055	ара балы	5	5
				шай	200	200
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал					504	557,5
						586,5

Жеке кәсіпкер: Ассеев
 Аспаз: Беген
 Әлеуметтік педагог: Шығ
 Медбике: Ассеев

Бейнеу 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					брутто/гр.		
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.						
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
				сәбіз	14	17	19
Винегрет салаты	60	80	100	картоп	0,2	0,2	0,2
				сәбіз	0,2	0,2	0,2
				қызылша	0,4	0,5	0,6
				бұршақ	0,001	0,001	0,001
				өсімдік майы	6	8	10
Келтірілген жемістен компот	200	200	200	Келтірілген жемістен компот	1	1	1
				Лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				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: Несер

Аспаз: Бесер

Әлеуметтік педагог: Андрей

Медбике: Олеся

«БЕКТЕМІН»

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

«19» 03 2025ж



Бейне ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» ҚММ-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.		
Төфтели 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
Жеміс шырыны	200	200	200	Жеміс, алма, өрік мультивитамин	200	200	200
Сүзбеше	12	14	16	сүзбеше	12	14	16
	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					713	764	793

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



«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры: Қ.Оразалиев
«БЕКІТЕМІН»
«03» 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, 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
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	қызанақ	7	10	12
				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: Асқар
Аспаз: Бексұл
Әлеуметтік педагог: Андрей
Медбике: Олеся