



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		
	Тағамның шығымы/гр.			6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 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
				қызанақ	7	10
Гарнир бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	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
				қант	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал					490	561
						625

Жеке кәсіпкер: Аманжол
Аспаз: Бердеш
Әлеуметтік педагог: Сәуір
Медбике: Сәуір

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

«02» 04 2025ж



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	100	100	100	құс еті	28	33	40
				арпа	26	35	42
				алма	100	100	100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	1	1	1
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қант	5	5	5
				Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					602	634	651

Жеке кәсіпкер: Алла -

Аспаз:

Әлеуметтік педагог:

Медбике:

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
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сиыр етімен борщ	200	230	250	қызылша	30	35	38
				қырыққабақ	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: АллаАспаз: АллаӘлеуметтік педагог: АллаМедбике: Алла

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

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