

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
 «БЕКІТЕМІН»
 директоры: Қ.Оразалиев
 «07» » 04 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, 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	205	ара балы	5	5	5
				шай	200	200	200
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					504	557,5	586,5

Жеке кәсіпкер: *[Signature]*
 Аспаз: *[Signature]*
 Әлеуметтік педагог: *[Signature]*
 Медбике: *[Signature]*



«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры: Ә.Ә.Ә. 04.08.2025ж

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

Бірінші апта, 2-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 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	
Алма	100	100	100	Алма	100	100	100	
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген 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: Аалы
Аспаз: Баян
Әлеуметтік педагог: Алға
Медбике: Ана

Бейне 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.				
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		
Жеміс шырыны	200	200	200	йодталған тұз	1	1	1		
				күріш	16	18	20		
				Жеміс, алма, өрік	200	200	200		
				мультивитамин					
Ірімшік қара бидай-бидай наны	2	3	3	Ірімшік	2	3	3		
	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40		
Калориялығы, ккал					713	764	793		

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

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
				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: А.О.Оспанов

Аспаз: А.О.Оспанов

Әлеуметтік педагог: А.О.Оспанов

Медбике: А.О.Оспанов

Бейнеу 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
					брутто/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
Алма	100	100	100	йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
				алма	100	100	100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген 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: Аллы

Аспаз: Берді

Әлеуметтік педагог: Аллы

Медбике: Ораз