



«БЕКТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: Қ.Оразалиев
«04» 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
					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: А.А.А.
Аспаз: Б.А.А.
Әлеуметтік педагог: С.А.А.
Медбике: С.А.А.

«БЕКІТЕМІН»

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры: Т.О.Омар Қ.Оразалиев «22» 04 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

Бірінші анта, 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
					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
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қант	5	5	5
				қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					484	541	582

Жеке кәсіпкер: А.С.С.
 Аспаз: Т.О.О.
 Әлеуметтік педагог: С.С.С.
 Медбике: С.С.С.



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
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.	
Тефтели сорпасы	200/25	230/25	250/25	Тартылған сиыр еті	28	33
				сәбіз	11	13
				пияз	9	10
				картоп	1	1
				қызанақ пастасы	3	3
				өсімдік майы	4	5
Жеміс шырыны	200	200	200	Йодталған тұз	1	1
				күріш	16	18
				Жеміс, алма, өрік мультивитамин	200	200
Ірімшік	2	3	3	ірімшік	2	3
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал					713	764
						793

Жеке кәсіпкер: 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

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
					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
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	Йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
				қызылша	50	50	50
				қант	3	3	3
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	алма	7	7	7
				Кептірілген жемістен компот	1	1	1
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	5	5	5
Калориялығы, ккал					20	35	40
					564	664	740

Жеке кәсіпкер: А.О.РахымАспаз: А.О.РахымӘлеуметтік педагог: А.О.РахымМедбике: А.О.Рахым



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	
					брутто/гр.	
Сиыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	Үрме бұршақ	16	18
				Сиыр еті	61	73
				сәбіз	20	25
				пияз	8	9
				өсімдік майы	11	12
Алма	100	100	100	йодталған тұз	1	1
				қызанақ	7	10
				алма	100	100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жемістен	1	1
				қант	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал					590	637
						664

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