



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<br>ингредиенттері | 6(7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
|                           |             |           |           |                            | брутто/гр.  |           |           |
| Сүтке пісірілген<br>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<br>шайы | 205         | 205       | 205       | ара балы                   | 5           | 5         | 5         |
|                           |             |           |           | шай                        | 200         | 200       | 200       |
| қара бидай-бидай<br>наны  | 20          | 35        | 40        | қара бидай-бидай наны      | 20          | 35        | 40        |
| Калориялығы, ккал         |             |           |           |                            | 504         | 557,5     | 586,5     |

Жеке кәсіпкер: Асқа  
 Аспаз: Зура  
 Әлеуметтік педагог: Асқа  
 Медбике: Асқа



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

| Бірінші апта, 2-ші күн                 |             |           |           |                                |             |           |           |
|----------------------------------------|-------------|-----------|-----------|--------------------------------|-------------|-----------|-----------|
| Тағамның атауы                         | 6(7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас | Тағамның<br>ингредиенттері     | 6(7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
|                                        |             |           |           |                                | брутто/гр.  |           |           |
| Сиыр еті қосылған<br>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<br>жемістен компот         | 200         | 200       | 200       | Кептірілген жемістен<br>компот | 1           | 1         | 1         |
|                                        |             |           |           | Лимон қышқылы                  | 0,2         | 0,2       | 0,2       |
|                                        |             |           |           | қант                           | 5           | 5         | 5         |
| қара бидай-бидай<br>наны               | 20          | 35        | 40        | қара бидай-бидай наны          | 20          | 35        | 40        |
| Калориялығы, ккал                      |             |           |           |                                | 484         | 541       | 582       |

Жеке кәсіпкер: НәселіАспаз: ӨзесізӘлеуметтік педагог: ӘнуарМедбике: Аманжол

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<br>ингредиенттері     |     | 15-18 жас |
|                                | Тағамның шығымы/гр. |           |           | брутто/гр.                     |     |           |
| Құс еті қосылған үй<br>кеспесі | 200                 | 230       | 250       | Құс еті                        | 28  | 33        |
|                                |                     |           |           | Жұмыртқа                       | 1   | 3         |
|                                |                     |           |           | сәбіз                          | 20  | 25        |
|                                |                     |           |           | ұн                             | 4   | 5         |
|                                |                     |           |           | пияз                           | 2   | 2         |
|                                |                     |           |           | өсімдік майы                   | 11  | 12        |
| Қызылшадан<br>дәруменді салат  | 60                  | 60        | 60        | йодталған тұз                  | 1   | 1         |
|                                |                     |           |           | қызанақ                        | 7   | 10        |
|                                |                     |           |           | қызылша                        | 50  | 50        |
|                                |                     |           |           | қант                           | 3   | 3         |
| Кептірілген<br>жемістен компот | 200                 | 200       | 200       | алма                           | 7   | 7         |
|                                |                     |           |           | Кептірілген жемістен<br>компот | 1   | 1         |
| Қара бидай бидай<br>наны       | 20                  | 35        | 40        | қант                           | 5   | 5         |
|                                |                     |           |           | Қара бидай бидай наны          | 20  | 35        |
| Калориялығы, ккал              |                     |           |           |                                | 564 | 664       |
|                                |                     |           |           |                                |     | 740       |

Жеке кәсіпкер: Асаси-Аспаз: СабитовӘлеуметтік педагог: СабитовМедбике: Сабитов