



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

Екінші 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	26	35	42
				сүт	105	121	131
				секер	5	6	7
				Иодталған тұз	1	1	1,5
Сары май	5	6	8	сары май	5	6	8
Ірімшік	2	3	3	ірімшік	2	3	3
Ара балы қосылған шай	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					452	500	528,5

Жеке кәсіпкер: Асыл
Аспаз: Асыл
Әлеуметтік педагог: _____
Медбике: Асыл



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	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Бұқтырылған сиыр еті	80	90	100	сиыр еті	61	73	80
				сәбіз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Гарнир бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	26	35	42
Сары май	4	5	6	сары май	4	5	6
Алма қосылған қызылша салаты	60	60	60	қызылша	50	50	50
				өсімдік майы	6	6	6
				алма	0,2	0,2	0,2
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					490	561	625

Жеке кәсіпкер: Алла
 Аспаз: Баска
 Әлеуметтік педагог: _____
 Медбике: Ана



«БЕКТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: А.Ә.Ә. Қ.Оразалиев
«14» 05 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 наны	20	35	40	қант	5	5	5
				Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					602	634	651

Жеке кәсіпкер: Ассей
Аспаз: Бейс
Әлеуметтік педагог: _____
Мелбике: Абай



«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: Д.С. Қарағалиев
«15» 05 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, 4-ші күн						
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері		15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.			брутто/гр.		
Сиыр етімен борщ	200	230	250	қызылша	30	35
				қырыққабағ	23	26
				қызанақ пастасы	5	6
				сәбіз	8	9
				ақжелкен	2	2
				пияз	7	8
				йодталған тұз	1,5	2
Сүзбе				өсімдік майы	3	3
				сиыр еті	61	73
	12	14	16	сүзбе	12	14
Жеміс шырыны	200	200	200	жеміс шырыны	200	200
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35
Калориялығы, ккал				573,5	618	643

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



**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
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сиыр етімен күріш сорпасы	80	90	100	сиыр еті	61	73	80
				күріш	26	35	42
				картоп	0,4	0,4	0,4
				сәбіз	8	9	10
				ажжелкен	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
Кисель	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: АманжолАспаз: АманжолӘлеуметтік педагог: АманжолМедбике: 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, 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: Асқар

Аспаз: Асқар

Әлеуметтік педагог: Асқар

Медбике: Асқар



«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры: А.Қ.Оралалиев
«20» 05 2025ж

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 ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сыыр еті қосылған бұқтырылған күріш	150	200	230	сыыр 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: Асан
Аспаз: Берек
Әлеуметтік педагог: _____
Медбике: Жылқы

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

Жеке кәсіпкер: Асқан

Аспаз: Асқан

Әлеуметтік педагог: _____

Медбике: Асқан

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
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	йодталған тұз	1	1	1	
			қызанақ	7	10	12	
			қызылша	50	50	50	
			қант	3	3	3	
Кептірілген жемістен компот	200	200	алма	7	7	7	
			Кептірілген жемістен компот	1	1	1	
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					564	664	740

Жеке кәсіпкер: АсқарАспаз: АсқарӘлеуметтік педагог: АсқарМедбике: Асқар



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
Қара бидай бидай наны	20	35	40			
Калориялығы, ккал					590	637
						664

Жеке кәсіпкер: Асан
 Аспаз: Орал
 Әлеуметтік педагог: _____
 Медбике: Нәзім