

Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы  
 бойынша білім бөлімінің «№4 жалпы білім беретін орта мектебі» КММ  
 Көпбалалы және аз қамтылған отбасы балаларының бір уақыт ыстық тағаммен қамтылуы  
 бойынша АС МӘІРІ 2021-2022 оқу жылы

Т апта Сейсенбі

30 қараша

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Жарма салынған көже	200	250	Сұлы жармасы Сәбіз Пияз Өсімдік майы Срна Сиыр еті	20 11 9 4 200 54	25 14 11 5 251 54
Балғын көкөніс салаты	60	100	Ақ кауданды кырыққабат Сәбіз Өсімдік майы	41 18 8	69 30 13
Үй қуырдағы (жаркое)	200	200	Сиыр еті Картоп Пияз Қызанақ пастасы Өсімдік майы	79 178 16 8 7	79 178 16 8 7
Қара бидай-бидай наны	20	40	Қара бидай-бидай наны	20	40
Итмұрын жемісінен кисель	200	200	Кептірілген итмұрын жемісі Қант Картоп крахмалы Лимон қышқылы Су	8 24 10 0,3 218	8 24 10 0,3 218
Алма	200	200	Алма	200	200
Каллориясы Ккал				775	888

Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы Курчатов қаласы  
бойынша білім бөлімінің «№4 жалпы білім беретін орта мектебі» КММ  
Көпбалалы және аз қамтылған отбасы балаларының бір уақыт бістық тағаммен қамтылуы  
бойынша АС МӘЗІРІ 2021-2022 оқу жылы

1 апта Бейсенбі

2 желтоқсан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Бұршақ көжесі	200	250	Картоп Үрме бұршақ Сәбіз Пияз Өсімдік майы Сорпа Сиыр еті	40 16 8 8 4 140 54	50 20 10 10 5 175 54
Сәбізден салат	60	100	Сәбіз Қант Өсімдік майы	64 4 6	108 6 10
Көксерке балығы тефтелиі	80	100	Көксерке балығы Бидай наны Сүт Пияз Кұнарландырылған бидай ұны Өсімдік майы	109 11 16 13 6 5	137 13 20 17 8 7
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	75	120	Сәбіз Картоп Көк бұршақ консервленген Ақ қауданды қырыққабат Сүт қатығы Сүт Сары май Кұнарландырылған бидай ұны Сорпа немесе су қант	19 20 12 19 26 10 1 1 10 1	30 32 19 30 30 12 1 1 12 1
Көп дәруменді шырын	200	200	Көп дәруменді шырын	200	200
Банан	200	200	банан	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
<b>Каллориясы Ккал</b>				<b>718</b>	<b>987</b>