

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 ыстық тағаммен қамтылуы бойынша АС МӘЗІРІ 2021-2022 оқу жылы

VI апта Бейсенбі

25 қараша

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Үй кеспе көжесі	200	250	Құнарландырылған бидай ұны Жұмыртқа Су Йодталған тұз Пияз Сары май Сорпа Сиыр еті	16 5 3 0,4 9 4 189 54	20 7 3 0,4 11 5 237 54
Қызылша салаты	60	100	Қызылша Өсімдік майы	65 8	109 14
Балық котлеті	80	100	Көксерке балығы Бидай ұны Сүт немесе су Кептірілген нан Өсімдік майы	107 15 20 7 11	133 19 26 9 13
Гарнир: сүт қатылған көкөніс	75	120	Сәбіз Картоп Көк бұршақ консервленген Ақ қауданды қырыққабат Сүт қатығы Сүт Сары май Құнарландырылған бидай ұны Сорпа немесе су қант	19 20 12 19 26 10 1 1 10 1	30 32 19 30 12 1 1 12 1
Кептірілген жеміс компот	200	200	Кептірілген алма Қант	200	15 20
Фрукты	200	200	Фрукты	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы калл				751	945

Бекітілді
 ШҚО білім басқармасы
 Курчатов қаласы бойынша білім
 бөлімінің «№4 жалпы білім беретін
 орта мектебі» ЖММ директоры
 К.М. Мапағдарова

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

VI апта Жұма

26 қараша

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Борщ	200	250	Қызылша Ақ қауданды қырықабал Қызанақ пастасы Сәбіз Ақжелкен Пияз Йодталған тұз Өсімдік майы Қант Сорпа Сыыр еті	30 23 5 8 2 7 1,5 3 1,5 120 54	38 28 7 10 2 9 2 3 2 150 54
Пісірілген тауық еті	80	100	Тауық еті Пияз	165 3	208 3
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	150	Қарақұмық жармасы Сары май	48 4	71 6
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Бал	10	10	Ара балы	10	10
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Сүт	200	200	Сүт	200	200
Каллориясы Ккал				742	925

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 ыстық тағаммен қамтылуы
 бойынша АС МӘЗІРІ 2021-2022 оқу жылы

Т апта Дүйсенбі

29 қараша

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Үй кеспе көжесі	200	250	Құнарландырылған бидай ұны Жұмыртқа Су Йодталған тұз Пияз Сары май Сорпа Сыыр еті	16 5 3 0,4 9 4 189 54	20 7 3/3 0,4 9 5 237 54
Ет тефтели	80	100	Сыыр еті (котлетке арналған) Бидай наны Сүт Пияз Өсімдік майы Құнарландырылған бидай ұны Сары май	69 11 16 32 4 5 4	87 13 20 40 6 7 5
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	150	Қарақұмық жармасы Сары май	48 4	71 6
Бал	10	10	Ара балы	10	10
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Сүт		200	Сүт	200	200
Қара бидай наны	20	20	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы Ккал				897	1110