



БЕКІТЕМІН:

ШҚО білім басқармасы

Курчатов қаласы бойынша білім

бөлімінің «№4 жалпы білім беретін

орта мектебі» КММ директоры

К.М.Малгаждарова

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**

II апта Сәрсенбі

6 қазан

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 04 9 4 189 54	20 7 3 0,4 11 5 237 54
Палау сиыр етінен	150	150	Сиыр еті Күріш жармасы Өсімдік майы пияз сәбіз қызанақ пастасы	107 68 11 12 19 21	107 68 11 12 19 21
Айран	200	200	Айран	200	200
Қара бидай-бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Каллориясы калл				818	961



БЕКІТЕМІН:

ШҚО білім басқармасы

Курчатов қаласы бойынша білім бөлімінің «№4 жалпы білім беретін орта мектебі» КММ директоры

Қ.М.Малгаждарова

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

II апта Жұма

8 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Көкөніс кәжесі	200	250	Ақ қауданды қырықабат Картоп Сәбіз Пияз Көк бұршақ консервіленген Өсімдік майы Сорпа Сиыр еті	20 53 11 9 9 4 151 54	25 66 14 11 11 5 190 54
Ет биточкілері	75	95	Сиыр еті (котлетке арналған) Бидай наны Сүт Кептірілген нан Өсімдік майы Сары май	75 14 18 8 5 6	96 18 24 10 7 8
Құрамалы гарнир: бөктірілген күріш	100	150	Күріш Сары май Сорпа	37 4 73	55 6 110
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				899	1121



БЕКІТЕМІН:

ШҚО білім басқармасы

Курчатов қаласы бойынша білім бөлімінің «№4 жалпы білім беретін орта мектебі» КММ директоры

К.М.Малгаждарова

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

II апта Бейсенбі

7 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		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
Балғын көкеніс салаты	60	100	Ақ кауданды қырық қабат сәбіз Өсімдік майы	41 18 8	69 30 13
Бұқтырылған көксерке балығы	75	75	Көксерке балығы Су немесе сорпа сәбіз акжелкен пияз қызанақ пастасы өсімдік майы, қант йодталған тұз	142 27 23 3 10 10 5 2 1	142 27 23 3 10 10 5 2 1
Гарнир:сүт қатылған көкеніс	75	120	Сәбіз Картоп Көк бұршақ консервленген Ақ кауданды 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 30 12 1 1 12 1
Шабдалы шырыны	200	200	Көп дәруменді шырын	200	200
Фрукты	200	200	фрукты	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы				809	954