

БЕКТЕМНІ:
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**

Ш апта Сәрсенбі

13 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Рассольник (тұздықты көже)	200	250	Картоп Пияз Тұздалған қияр Өсімдік майы Сорпа немесе су Сиыр еті	80 10 14 4 140 54	100 13 17 5 175 54
Тұрама зразылар	80	100	Сиыр еті (котлетке арналған ет) Бидай наны Сүт Пияз Өсімдік майы Жұмыртқа Кептірілген нан Ақжелкен	60 9 12 35 9 5 7 4	76 11 16 45 11 7 9 6
Гарнир: бөктірілген күріш	100	150	Күріш Сары май сорпа	37 4 73	55 6 110
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Сүт	200	200	Айран	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы калл				863	1047

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

III апта Бейсенбі

14 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Жарма салынған көже	200	250	Сұлу жармасы Сәбіз Пияз Өсімдік майы Сорпа Сиыр еті	20 11 9 4 200 54	25 14 11 5 250 54
Балғын көкөніс салаты	60	100	Ақ қауданды қырыққабат Сәбіз Өсімдік майы	41 18 8	69 30 13
Бөктірілген көксерке балығы	75	100	Көксерке балығы (кесек еті) Пияз Ақжелкен Ақ қатық негізгі Сорпа Сары май Бидай ұны	142 2 5 50 55 3 3	190 2 7 50 55 3 3
Гарнир:картоп езбесі	100	150	Картоп Сүт Сары май	115 17 7	174 26 10
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
Банан	200	200	банан	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы калл				826	1024

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
 III апта Жұма 15 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11сынып		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 5 236 54
Рагу сиыр етінен	140	140	Сиыр еті Өсімдік майы Картоп Сәбіз Пияз Құнарландырылған бидай ұны	96 8 120 24 11 3	96 8 120 24 11 3
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Бал	10	10	Ара балы	10	10
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Компот	200	200	Компот	200	200
Каллориясы Ккал				748	804