

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

VI апта Сәрсенбі

22 қыркүйек

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 Сорпа Сиыр еті	20 11 9 4 200 54	25 14 11 5 250 54
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	80	100	Сиыр еті Сәбіз Пияз Өсімдік майы Қызанақ пастасы Бидай ұны	181 8 8 8 19 6	226 10 10 10 24 8
Бұқтырылған қырыққабат	100	150	Ақ кауданды қырыққабат Өсімдік майы Сәбіз Пияз Қызанақ пастасы Құнарландырылған бидай ұны Қант	143 4 3 5 9 1 3	215 6 5 8 14 1 5
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Айран	200	200	Айран	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
<b>Каллориясы калл</b>				<b>881</b>	<b>1072</b>



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

VI апта Бейсенбі

23 қыркүйек

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 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
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
<b>Каллориясы калл</b>				<b>751</b>	<b>945</b>



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 Жұма**

*24 қыркүйек*

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 қырықабат Қызанақ пастасы Сәбіз Ақжелкен Пияз Йодталған тұз Өсімдік майы Қант Сорпа Сиыр 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
<b>Каллориясы Ккал</b>				<b>742</b>	<b>925</b>