



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**

I апта Сәрсенбі

29 қыркүйек

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
Бұқтырылған ет	80	100	Сиыр еті Сәбіз Пияз Өсімдік майы Қызанақ пастасы Құнарландырылған бидай ұны	181 8 8 8 19 6	226 10 10 10 24 8
Гарнир: бұқтырылған кырыққабат	100	150	Ақ қауданды кырыққабат Өсімдік майы Сәбіз Пияз Өсімдік майы Қызанақ пастасы Құнарландырылған бидай ұны Қант	143 4 3 5 9 1 3	215 5 4 7 13 1 5
Сүзбеше	100	100	Сүзбеше	100	100
Айран	200	200	Айран	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы калл				877	1055

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

I апта Бейсенбі

30қыркүйек

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 Құнарландырылған 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 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
Алма	200	200	Алма	200	200
Қара бидай наны	20	40	Қара бидай наны	20	40
Каллориясы калл				718	987



БЕКІТЕМІН:

Шығыс Қазақстан облысы 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

1-апта Жұма

1 қазан

Тағамның атауы	Тағамның шығымы		Тағамға қосылатын ингредиенттер	Брутто	
	1-4 сынып	5-11 сынып		1-4 сынып	5-11 сынып
Харчо көжесі	200	250	Күріш жармасы Пияз Сары май Ақжелкен Қызанақ пастасы Йодталған тұз Сорпа Сиыр еті	15 19 8 8 6 1 200 54	18 24 9 9 7 1 230 54
Ет котлеті	75	95	Сиыр еті (котлетке арналған) Бидай наны Сүт Кептірілген нан Өсімдік майы Сары май	75 14 19 8 5 6	96 18 25 10 7 8
Құрамалы гарнир: пісірілген күріш және картоп еzbесі	100	150	Күріш жармасы Сары май Картоп сүт	20 5 54 8	30 8 86 10
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
Тағамның бағасы				927	1145
Каллориясы					
Ккал					