

«Бекітемін»

«Үстірт жалпы білім беретін мектеп»

КММ-нің директоры *Аманжол* Наурызбай.С

*17* «*ақпан*» 2026ж.

Бейнеу ауданы бойынша 2025-2026 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған

ыстық тамақтың 1-4 сынып оқушыларына арналған ас мәзірі

4-апта 5-күн

№	Тамақтың атауы	Жас ерекшелігі 7-10					Жас ерекшелігі 11-14					Жас ерекшелігі 15-18				
		Шығымы,г	Б,г	Ж,г	У,г	Ккал	Шығымы,г	Б,г	Ж,г	У,г	Ккал	Шығымы,г	Б,г	Ж,г	У,г	Ккал
1	Тауық етінен Ежикі	70	10,87	8,25	11,25	162,17	90	13,98	10,6	14,46	208,5	100	13,53	11,78	16,07	231,67
2	Көкөніс қосылған қарақұмық	130	5,5	4,9	20,7	168,5	150	6,3	5,6	23,9	168,5	180	6,4	6,1	33,9	205,4
3	Сүзбе салынған бөлке (сүзбеше)	60	6,29	6,54	19,86	172,38	60	6,29	6,54	19,86	172,38	60	6,29	6,54	19,86	172,38
4	Құрғақ жемістен жасалған компот	200	0,18	0,08	0,32	17,56	200	0,18	0,08	0,32	17,56	200	0,18	0,08	0,32	17,56
5	Қара бидай, бидай наны	30	2,2	0,3	13,8	67,5	50	3,7	0,5	22,9	112,5	50	3,7	0,5	22,9	75,25
	<b>Барлығы:</b>	<b>430</b>	<b>30,28</b>	<b>10,98</b>	<b>29,82</b>	<b>359,06</b>	<b>470</b>	<b>34,48</b>	<b>13,78</b>	<b>40,32</b>	<b>445,06</b>	<b>500</b>	<b>37,68</b>	<b>16,38</b>	<b>42,22</b>	<b>463,46</b>

Медбике:

*Ксид*

Аспаз:

*Аманжол*

Жеке кәсіпкер:

*Аманжол*



