

«Бекітемін»

«Үстірт жалпы білім беретін мектеп»

КММ-нің директоры *С.С.* Наурызбай.С

«06» *сәуір* 2026ж.

Бейнеу ауданы бойынша 2025-2026 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған

ыстық тамақтың 1-4 сынып оқушыларына арналған ас мәзірі

Іапта 5-күн

| № | Тамақтың атауы | Жас ерекшелігі | | | | | Жас ерекшелігі | | | | | Жас ерекшелігі | | | | |
|---|------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | | 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 | Сыр етінен котлет | 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 | Негізгі қызыл тұздық | 20 | 3 | 3,9 | 3,7 | 61,7 | 20 | 3 | 3,9 | 3,7 | 61,7 | 20 | 3 | 3,9 | 3,7 | 61,7 |
| 3 | Қайнатылған қарақұмық | 130 | 7,41 | 6,26 | 35,68 | 234,44 | 150 | 8,55 | 7,23 | 41,18 | 270,51 | 180 | 10,26 | 8,68 | 49,41 | 324,61 |
| 4 | Кисель | 200 | 0 | 0 | 11,14 | 67,5 | 200 | 0 | 0 | 11,14 | 67,5 | 200 | 0 | 0 | 11,14 | 67,5 |
| 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 |
| | Барлығы | 450 | 23,48 | 18,71 | 75,57 | 575,41 | 510 | 29,23 | 22,23 | 93,38 | 702,81 | 550 | 30,49 | 24,86 | 103,22 | 753,58 |

Медбике: *С.С.*

Аспаз: *А.С.*

Жеке кәсіпкер: *С.С.*



