



«Бекітемін»

«Үстірт жалпы білім беретін мектеп» КММ

Директор: С.Наурызбай

«13» 10/11/2026ж.

Бейнеу ауданы бойынша 2025-2026 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған  
ыстық тамақтың 1-4 сынып оқушыларына арналған ас мәзірі

3-апта 3-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	Көкөніс және тауық етімен қарақұмық ботқасы	200	24,7	6,3	36,3	304	220	26,8	7,8	40,6	345	250	29,3	9,1	46,3	388,4
2	Тәтті шәй	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
3	Алма	100	0,3	0	13,2	56	100	0,3	0	13,2	56	100	0,3	0	13,2	56
4	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	86
	<b>Барлығы:</b>	<b>440</b>	<b>35,25</b>	<b>19,95</b>	<b>42,2</b>	<b>502</b>	<b>550</b>	<b>42,88</b>	<b>22,7</b>	<b>57,4</b>	<b>619</b>	<b>580</b>	<b>46,98</b>	<b>24,56</b>	<b>60,81</b>	<b>637,12</b>

Мелбике: *Мелбике*

Аспаз: *Аспаз*

Жеке кәсіпкер: *Жеке кәсіпкер*





