

«Бекітемін»  
 «Үстірт жалпы білім беретін мектеп» КММ  
 Директор *С.Наурызбай*  
 4 » *май* 2026ж.



Бейнеу ауданы бойынша 2025-2026 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған  
 ыстық тамақтың 1-4 сынып оқушыларына арналған ас мәзірі  
 4-апта 4-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 қосылған сиыр етінен рагу	200	16,95	4,77	20,75	197	220	18,65	5,25	22,8	216	250	19,76	5,86	28,71	251
2	(Шұбат3,2%)	100	2,05	1,6	1,61	29	100	2,05	1,6	1,61	29	100	2,05	1,6	1,61	29
3	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>330</b>	<b>21,2</b>	<b>6,67</b>	<b>36,16</b>	<b>293,5</b>	<b>370</b>	<b>24,4</b>	<b>7,35</b>	<b>47,31</b>	<b>357,5</b>	<b>100</b>	<b>25,51</b>	<b>7,96</b>	<b>53,22</b>	<b>366</b>

Мелбике: *Мелбике*

Аспаз: *Аспаз*

Жеке кәсіпкер: *Жеке кәсіпкер*





