

Бекітемін:

«№9 жалпы білім беретін мектеб» КММ директоры  
« 08 » 2024 ж. 08 ас.



«№9 жалпы білім беретін» КММ –нің 2024 жылғы арнаулы бастауыш сынып оқушыларына және жалпыға міндетті білім беру қорынан тамақтандыруды ұйымдастырудың екі апталық ас мәзірі

1 апта

1 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Сүтке піскен күріш ботқасы	150/5	Сүт	120
		Күріш	40
		Қант	10
		Сары май	10
		Йод.тұз	0,001
Печенье	40	Қантты печенье	40
Қ/б наны	20	қ/б наны	20
Жеміс	150	Алма	150
Шәй сүтпен	200	Шәй	2
		Қант	20
		Сүт	100

1 апта

2 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Сәбіз салаты	60	Сәбіз	90
		Өсімдік майы	12
		Йод.тұз	0,001
Бұқтырылған тауық етті	80	Тауық	162
		Сәбіз	30
		Пияз	30
		Жасыл желек	2
		Томат пастасы	4
		Йод.тұз	1
		М/с	7
Макарон өнімдері	100	Макарон	35
		Сары май	7
		Йод.тұз	0,001
Компот кеп/жем	200	Алма	45
		Қант	20
		Лимон қыш	2
Қ/б наны	20	қ/б наны	20

1 апта

3 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Ірімшік қосылған нан	50/10	Нан	20
		Ірімшік	10
Бұршақ сорпасы	200	Бұршақ	25
		Картоп	80
		Пияз	23
		Сәбіз	8
		Сыыр еті	40
		Йод.тұз	1
		Жасыл желек	2
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20
Бал қосылған шай	200	Бал	20
		Шай	2

1 апта

4 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Тефтели (сыыр еті, тауық еті) соусымен	80	Котлет еті с(иыр еті, тауық еті)	78
		Ұн	8
		Күріш	12
		Жұмыртқа	0,5
		Өсімдік майы	4
		Пияз	50
		Йод тұз	0,001
Картоп езбесі	100	Картоп	160
		Сары май	7
		Сүт	75
		Йод.тұз	0,001
Балғын жемістен компот	200	Кепкен жемістер	200
		Қант	20
		Лимон қыш	0,002
Қ/б наны	20	қ/б наны	20



1 апта

5 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,гр
Биточки етті (сиыр,тауық)	80	Котлет (сиыр, тауық)	100
		Нан	22,5
		Сүт	24
		Пияз	24
		Өсімдік майы	10
		Кептірілген нан	20
		Йод.тұз	1
		Жұмыртқа	0,5
Қияр	60	Қияр	60
Қайнатылған қарақұмық	100	қарақұмық	53
		Сары май	7
		Йод.тұз	1
Қант қосылған қара шай	200	Шай	2
		Қант	20
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20

2 апта

1 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Сорпа кеспесі (сиыр еті,тауық)	200	Кеспе	11
		Картоп	80
		Сәбіз	10
		Пияз	10
		Йод.тұз	1
		Өсімдік майы	2
		Сиыр етінің кеудесі(тауық)	50
		Печенье	40
Бал қосылған шай	200	Бал	20
		Шай	2
Жеміс	150	Алма	150
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20

2 апта

2 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Дәруменді салат	60	Орамжапырақ	56,8
		Сәбіз	20
		Қант	5
		Өсімдік май	12
		Йод.тұз	1
Бұқтырылған тауық еті	80	Тауық еті	162
		Сәбіз	30

		Пияз	30
		Томат	4
		Йод.тұз	0,001
		Өсімдік май	13
		Жасыл желек	2
		М/с	7
Бұқтырылған қарақұмық	100	Қарақұмық	53
		Сары май	7
		Йод.тұз	0,001
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20
Балғын жемістен компот	200	Балғын жеміс	20
		Қант	20
		Лимон қыш	0.002

2 апта  
3 күн


Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Сүтке піскен тары ботқасы	150,5	Сүт	120
		Тары	40
		Қант	10
		Сары май	10
		Йод.тұз	1
Ірімшік қосылған нан	50/10	Нан	20
		Ірімшік	10
Сүт қосылған шай	200	Сүт	100
		Шай	2
		Қант	20
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20

2 апта  
4 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Балық сорпасы	200	Картоп	80
		Тары немесе күріш жармасы	16
		Сәбіз	24
		Пияз	8
		Балық	50
		Сары майы	10
		Йод.тұз	0,001
Тоқаш	40	Тоқаш	40
Табиғи шырын	200	Табиғи шырын	200
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20

2 апта  
5 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, г	Қоспалар	Жалпы,г
Тефтели (сыр еті, тауық еті) соусымен	80	Котлет еті с(иыр еті, тауық еті)	50
		Пияз	50
		Күріш	12
		Өсімдік май	4
		Йод тұз	0,001
		Ұн	8
		Қызанақ пастасы	4
		Жұмыртқа	0,5
		Сәбіз	10
Макарон өнімдері	100	Макарон	35
		Сары май	5
Қ/б наны	20	Қ/б наны	20
Кисель	200	Кисель	24
		Қант	10
		Крахмал	12
		Лимон қыш	0,0002

Медбике  Джуманбаева А.Д.