



Мұнайлы ауданы бойынша білім беру ұйымдарында мектеп жасындағы балаларға арналған

2 апталық маусымдық (күз) ас мәзірі 2023ж

1 апта 1күн

Тағам атауы	Тағам шығымы,г			Тағам ингредиенттері	калория, ккал	брутто		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250	күріш	255,11	44	51	55
				сүт		164	188	205
				сары май		7	8	10
				секер		5	7	8
				йодталған тұз		1	1	2
қайнатылған жұмыртқа (1 дана)	40	40	40	жұмыртқа	60	40	40	40
Какао сүтпен	200	200	200	Какао	146	4	4	4
				сүт		98	98	98
				су		108	108	108
				қант		20	20	20
Сарымай	10гр	10	10	Сарымай	66,1	10гр	10	10
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
					623,21			



«Бекітемін»
«№2 жалпы білім беретін
мектеп»КММ-сы директоры у.м.а.
Б.О.Боранғали
«11» 11 2023ж



«Келісемін»
Ж.К. "Шакенова Д."
Д.Шакенова
«11» 11 2023ж

Мұнайлы ауданы бойынша білім беру ұйымдарында мектеп жасындағы балаларға арналған

1 апта 2 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы,г			Тағам ингредиен ттері	Калори я,ккал	брутто		
	6-10 жас	11- 14жас	15- 18жас			6-10 жас	11- 14жас	15-18жас
Лагман	200	230	250	Сиыр еті	357	39	42	43
				спагетти		40	47	52
				сұйық май		8	9	10
				Картоп		15	18	20
				пияз		5	6	7
				сарымсак		1	1	2
				тәтті бұрыш		9	11	13
				сәбіз		11	13	15
				Шалғам (редька)		6	7	8
				қызанақ		21	24	28
				су		43	50	55
				көкшөпте р		2	2	3
Қызылша салаты алмамен	60	80	100	Қызылша	66,35	30	35	45
				Алма		15	20	25
				йодталға н тұз		1	2	2
				Иогурт		7	10	20
Жеміс сусыны	200гр	200	200	Кепкен жемістер	106,26	20	20	20
				қант		20	20	20
				лимон қышқылы				
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
					625,61			



«Бекітемін»
«№2 жалпы білім беретін
мектеп»КММ-сы директоры у.м.а.
Б.О.Боранғали
«22» 11 2023ж



«Келісемін»
Ж.К. "Шакенова Д."
Д.Шакенова
«22» 11 2023ж

Мұнайлы ауданы бойынша білім беру ұйымдарында мектеп жасындағы балаларға арналған

1 апта 3 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы,г			Тағам ингредиен ттері	Калори я,ккал	брутто		
	6-10 жас	11- 14жас	15- 18жас			6-10 жас	11- 14жас	15-18жас
Сиыр етінен асбұршақ сорпасы	200	230	250	Сиыр еті	177	54	54	54
				картоп		4	4,6	5
				асбұршақ		16	18	20
				пияз		8	9	10
				сәбіз		8	9	10
				өсімдік майы		4	5	5
				тұз		0,2	0,3	0,3
				сорпа		140	161	175
Ірімшік (сыр)	10	10	10	Ірімшік	55,2	10	10	10
Тәтті шәй лимонмен	200	200	200	шәй	63	2	2	2
				қант		20	20	20
				лимон		8	8	8
Жас жемістер	1 дана	1 дана	1дана	алма	99	1 дана	1 дана	1дана
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
					490,2			



«Бекітемін»
«№2 жалпы білім беретін
мектеп»КММ-сы директоры у.м.а.
Б.О.Боранғали
«11» 11 2023ж

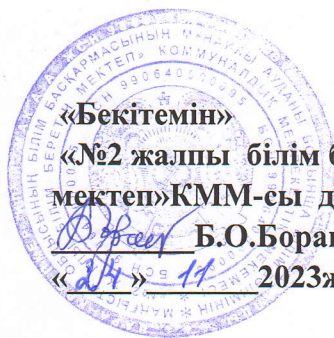


«Келісемін»
Ж.К. "Шакенова Д."
Д.Шакенова
«11» 11 2023ж

Мұнайлы ауданы бойынша білім беру ұйымдарында мектеп жасындағы балаларға арналған

1 апта 4 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы,г			Тағам ингредиен ттері	Калори я,ккал	брутто		
	6-10 жас	11- 14жас	15- 18жас			6-10 жас	11- 14жас	15-18жас
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	106	64	86	108
				қант		4	5	6
				сұйық май		6	89	10
				йодталға н тұз		1	2	2
Сыыр етінен палау	200	230	250	Сыыр еті	379	107	107	107
				күріш		51	61	68
				өсімдік майы		8	10	11
				пияз		9	11	12
				сәбіз		14	17	19
				томат		16	19	21
				йодталға н тұз		1	1	2
кисель	200	200	200	кисель концентр аты	75,4	24	24	24
				қант		10	10	10
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
					656,4			



«Бекітемін»
«№2 жалпы білім беретін
мектеп»КММ-сы директоры у.м.а.
Б.О.Боранғали
«24» 11 2023ж



«Келісемін»
Ж.К. "Шакенова Д."
Д.Шакенова
«24» 11 2023ж

Мұнайлы ауданы бойынша білім беру ұйымдарында мектеп жасындағы балаларға арналған

1 апта 5 күн

Тағам атауы	Тағам шығымы,г			Тағам ингредиен ттері	Калори я,ккал	брутто		
	6-10 жас	11- 14жас	15- 18жас			6-10 жас	11- 14жас	15-18жас
Тауық етінен лапша сорпасы	200	230	100	тауық еті	212	52	52	52
				картоп		53	61	66
				макарон(лапша,рожки)		16	18	20
				томат		3	3	3
				сәбіз		11	13	14
				пияз		9	1	11
				өсімдік майы		4	5	5
				сорпа		191	220	240
Тәтті бөлке	60	70	80	ұн	198	50	55	60
				қант		6	7	8
				сарымай		1	1	2
				жұмыртқа		2	2	3
				дрожжи		0,1	0,1	0,1
				йодталған тұз		0,3	0,4	0,5
				сүт		18	20	22
				сұйық май		0,4	0,4	0,5
Айран (кефир)	200	200	200	кефир	100	200	200	200
нан	20	35	40	бидай наны	96	20	35	40
					606			