



Бекітемін
Белоусов ЖОББМ
директоры

Г.В. Бойко

« 01 » қыркүйек 2022ж

**1-4 сынып оқушылары және жаппай оқу қорынан балалар үшін
Успен ауданы бойынша екі апталық
перспективалық маусымдық (жаз - күз)
тағам мәзірі**

Тағам атаулары	1 апта		
	1 күн		
	1-4 сынып	Жаппай оқу	
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Граммен алғанда			
Бұршақтан жасалған көже	200/25	230/25	250/25
Пісірілген тауықтар	80	90	100
Гарнир: пісірілген қарақұмық	100	130	150
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Сүт	200	200	200
Бал	он	он	он
Алма	200	200	200
2 күн			
Кеспе көжесі	200	230	250
Гарнир: арпа жармасы	100	130	150
Ет котлеттері (сиыр еті)	75/5	85/5	95/5
Витамин салаты	60	80	100
Жаңа піскен жемістерден жасалған компот	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
3 күн			
Қышқылтым көже	200/25	230/25	250/25
Рагу (сиыр еті)	140/60	140/60	140/60
Айран	200	200	200
Қышқылтым көже	20	35	40
Сүзбеше	100	100	100
Бал	он	он	он
4-күн			
Вермишель қосылған көже	200/25	230/25	250/25
Жаңа піскен қызанақ пен қияр салаты	60	80	100
Тұздықта пісірілген балық	75	75	75
Гарнир: бидай жармасы	100	130	150
Табиғи шырын	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40

	5-күн		
борщ (сиыр еті)	200/25	230/25	250/25
туралған зразы	80	90	100
Гарнир: пісірілген күріш	100	130	150
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Кисель	200	200	200
	2 апта		
	1 күн		
Қарақұмық көжесі	200/25	230/25	250/25
Гуляш (сиыр еті)	60	80	100
Гарнир: картоп пюресі	100	130	150
қызылша салаты	60	80	100
Кептірілген жемістердің қоспасынан жасалған компот	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Бал	10	10	10
	2 күн		
Вермишель қосылған көже	200/25	230/25	250/25
Палау (сиыр еті)	150	180	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Кисель	200	200	200
Алма	200	200	200
	3 күн		
Жаңа піскен қырыққабатпен щи	200/25	230/25	250/25
Жаңа піскен қияр салаты	60	80	100
Үйдегі қуырылған ет (сиыр еті)	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Тәтті шай	200	200	200
Бал	он	он	он
	4-күн		
Үйдегі кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25
Минтай балығынан жасалған котлеттер	80	90	100
Гарнир: пісірілген қарақұмық	100	130	150
Кефир	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Сүзбеше	100	100	100
	5-күн		
Харчо көжесі	200/25	230/25	250/25
пісірілген макарон	100	130	150
Ет котлеттері (сиыр еті)	75/5	85/5	95/5
Жаңа піскен көкөніс салаты	60	80	100
Табиғи шырын	200	200	200
қара бидай - бидай наны	20	35	40
Бал	10	10	10

Өнімдердің барлық нормалары мен тағамдардың атаулары мектеп оқушыларының тамақтануының бірыңғай стандарттарынан алынған!!!