

«БЕКІТЕМІН»

Ақкөл қаласы

«№4 ЖББМ» КММ мектеп директоры

Ж.Б.Айткенова

Мәзір/Меню

04.02.2026 жылға /на 04.02.2026 г.

Тегін тамақтану кешені /Комплекс по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы,г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда
	7-10 лет	11-15 лет	16-18лет	
1 апта/1 неделя 3 – ші күн/ 3-й день				
бұқтырылған макарон/макарони отварные	130	150	180	макарон/макарони
				йодталған тұз/йодированная соль
				сары май/масло сливочное
көкеністер қосылған тауықтың төс еті/куриная грудка с овощами, сыром	70	90	100	тауық еті/филе курицы
				сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				томат пастасы/томатная паста
				тәтті бұрыш/сладкий перец
				сары май/масло сливочное
				қатты ірімшік /сыр твердый
				йодталған тұз/йодированная соль
сүт қосылған шай/чай с молоком	200	200	200	шай/чай
				сүт/молоко
				қант/сахар
алма/ мезгіммен яблоко/ фрукты по сезону	120	120	120	алма/яблоко
"қара бидай наны- ақ бидай\бидай" / "хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"	30	50	50	"қара бидай наны- ақ бидай\бидай"/"хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

