

«БЕКІТЕМІН»
Ақкөл қаласы
«№4 ЖББМ» КММ мектеп директоры
Ж.Б. Айткенова

Мәзір/Меню

06.03.2026 жылға /на 06.03.2026 г.

Тегін тамақтану кешені /Комплексе по бесплатному питанию

Тағамдардың атауы Наименование блюд	Ыдыстың шығымы,г/ Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері Ингредиенты блюда 7-10 лет
	7-10 лет/жас	11-15 лет/жас	16- 18лет/жас	
1 апта/1 неделя 5 – ші күн/ 5-й день				
Ірімшік сәндвич/Бутерброт с сыром	65	65	65	қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный
				қатты ірімшік/сыр твердый
				сары май /масло сливочное
Гуляш (сиыр/жылқы еті) Гуляш (говядина/конина)	70	90	100	сиыр еті/говядина мякоть
				қызанақ пастасы/томатная паста
				сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				сұйық май/масло растительное
				жоғары бидай ұны сорттары /мука пшеничная высшего сорта
Ұнтақталған қарақұмық/Гречка рассыпчатая	130	150	180	қарақұмық жармасы /гречневая крупка
				сары май /масло сливочное
				йодталған тұз /соль йодированная
Жаңа алма компоты/ Компот из свежих яблок	200	200	200	алма жемісі/яблоки свежие
				қант/сахар
"Қара бидай наны- Ақ бидай\бидай" / "Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"	30	50	50	"Қара бидай наны- Ақ бидай\бидай"/"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

