

«БЕКІТЕМІН»

Ақкөл каласы

«№4 ЖББМ» КММ мектеп директоры

Ж.Б.Айткенова



Мәзір/Меню

23.04.2026 жылға /23.04.2026

Тегін тамақтану кешені /комплекс 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- 18 лет/жас	
<b>4 апта / 4 неделя 4-ші күн / 4-й день</b>				
Балықтан фишбол рыбные/	70	90	100	судак филесі/филе судака пияз/лук репчатый кептіліген нан/сухари панировочные жұмыртқа/яйцо куриное йодталған тұз/йодированная соль сұйық май/масло растительное
Көкөністер қосылған қарақұмық/Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180	қарақұмық жармасы /крупя гречневая сәбіз/морковь жасыл бұршақ/зеленый горошек сары май/масло сливочное йодталған тұз/йодированная соль
Қаймақ тұздығы/Соус сметанный	20	20	20	қаймақ/сметана үн 1 сорт/мука 1 сорт сары май/масло сливочное
Жаңа піскен алмадан компот /Компот из свежих яблок	200	200	200	алма/яблоки свежие қант/сахар
"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"/"Қара бидайнанань- акбидай\бидай"	30	50	50	"Қарабидайнанань-ак бидай\бидай"/"Хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

