

«БЕКТЕМІН»

Ақкөл қаласы

«№4 ЖББМ» КММ мектеп директоры

Ж.Б.Айткенова



Мәзір/Меню

04.05.2026 жылға /на 04.05.2026 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	16-18 лет	
	2 апта/2 неделя		1-ші күн/1-й день	
Бұқытырлған күріш/Рис рассыпчатый	130	150	180	күріш жармасы/Рис крупа
				йодталған тұз/йодированная соль
				сары май/масло сливочное
Көкөністер қосылған тауықтың төс еті/Поджарка из птицы	70	90	100	тауық еті/филе курицы
				сәбіз/морковь
				пияз/лук репчатый
				томат пастасы/томатная паста
				тәтті бұрыш/сладкий перец
				сары май/масло сливочное
				йодталған тұз/йодированная соль
				шай/чай
Сүт қосылған шай/Чай с молоком	200	200	200	сүт/молоко
				қант/сахар
				алма/яблоко
Алма/ мезгіммен яблоко/ фрукты по сезону	120	120	120	
"карабидайнаны-ак бидай\бидай" / "хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"	30	50	50	"карабидайнаны-ак бидай\бидай"/"хлеб ржано- пшеничный\пшеничный"

