



«Келісемін»
Мамғыстау облысының
білім басқармасының басшысы
Д.Жұмашева
2024 жыл

Ақтау қаласы бойынша 2024-2025 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған
ысы тамақтың екі апталық ас мәзірі
/жаз-күз/



«Бекітемін»
Ақтау қаласы бойынша
білім бөлімінің басшысы м.а.
Т.Кульметенова
2024 жыл

Бірінші апта, 1-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас			11-14 жас			15-18 жас		
	Тағамның шығымы/гр.								
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30	34,5	38		
				сүт	105	121	131		
				кант	8	12	13		
				йодталған тұз	1	1	1,5		
Сары май	8	12	13	сары май	8	12	13		
Сүзбеше	50	50	50	сүзбеше	50	50	50		
Ара балы қосылған шай	205	205	205	ара балы	5	5	5		
				шай	200	200	200		
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40		
				Калориялығы, ккал	504	557,5	586,5		