



Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				кызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

« » « » 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				бидай ұны	8	9	12
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Печенье	30	30	30	печенье	30	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
« 07 » « 12 » 2024ж

Ас мәзірі

1 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	250	картоп	80	92	100
				қызанақ пастасы	3	3	3
				тұздалған қияр	14	16	17
				пияз	12	12	12
				сәбіз	10	12	15
				тұз	1,5	2	2
				арпа	15	20	30
				күнбағыс майы	5	5	7
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	100	100	100
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				кант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	100	қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	4	5	6
				алма	16	22	27
				сәбіз	12	16	20
				лимон шырыны	4	6	8
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	10	13	16
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					516,6 кал	665,6 кал	751 кал

Орындаған:

В.У.

Б.Уалиева



А.Н.Алиев
А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті мякоть	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				каймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қаракұмық	100	130	150	қаракұмық	48	62	72
				тұз	1.5	2	2
				сары май	4	5	6
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 ка

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рағу сиыр етімен	200	200	200	сиыр еті мякоть	80	80	80
				сәбіз	24	24	24
				картоп	120	120	120
				қырыққабат	40	40	40
				кызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	11	11	11
				бидай ұны	3	3	3
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	8	8
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					582.4 кал	652.4 кал	682.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«16» «04» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	90	тауық еті	119	159	199
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	3	4	5
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Каркадэ компоты	200	200	200	кант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					724.4 кал	913.4 кал	1057.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«11» «01» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	құнарландырыл-ған бидай ұны	16	18	20
				жұмыртка	5	6	7
				пияз	12	12	12
				сары май	6	8	10
				сиыр еті	70	70	70
				тұз	1,5	2	2
				картоп	50	55	58
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					481.4 кал	565.4 кал	632.8 кал

Орындаған: Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«16» «06» 2024ж
ҮШІН

Ас мәзірі

2 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					459.6 кал	579.6 кал	634 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сныр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				қаймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«2024ж»

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлет	60	80	90	тауық еті фарш	75	86	96
				бидай наны	14	16	18
				пияз	8	10	12
				күнбағыс майы	6	8	10
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	алма	16	22	27
				қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	6	8	12
				сәбіз	12	16	20
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	7	9	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					694.4 кал	854.4 кал	971.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«23» «01» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					559.4 кал	723.8 кал	874.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

«24» «01» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	картоп	55	65	75
				қызанақ пастасы	5	8	12
				қызылша	35	40	45
				қырыққабат	23	26	28
				пияз	12	12	12
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	8	9	10
				күнбағыс майы	4	5	5
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	70	70	70
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатык	200	200	200	қатык	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					533.4 кал	627.4 кал	706.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					478.1 кал	596.6 кал	650 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«26» «07» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	250/40	күріш жармасы	15	17	18
				пияз	19	22	24
				кызанақ пастасы	6	7	8
				сиыр еті	70	70	70
				сәбіз	19	25	30
				картоп	50	60	70
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	5	6	7
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					642.4 кал	700.4 кал	713.8 кал

Орындаған: *Б.Уалиева* Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

«29» «04» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта -1 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	71
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					524.4 кал	681.8 кал	810.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*

«30» «07» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта -2 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				қызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Каркадэ компоты	200	200	200	қант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	Бидай наны	10	25	20
					603.4 кал	793.4 кал	853.9 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: А.Н.Алиев

«3» «07» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта-3 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Көкөніс көжесі етпен	200/40	230/40	250/40	сиыр еті	70	70	70
				пияз	9	10	11
				сәбіз	11	13	14
				картоп	53	61	66
				қырыққабат	20	23	25
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	4	5	5
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Шәй лимонмен, қантпен	200	200	200	шәй	5	5	5
				қант	10	10	10
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					462.4 кал	531.9 кал	564.2 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта -4 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				келтірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					621.6 кал	741.6 кал	796 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры *А.Н.Алиев*
«*11*» «*01*» 2024ж.

Ас мәзірі

4 апта - 5 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					594.9 кал	711.4 кал	785.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

« 5 » « 06 » 2024ж

Ас мәзірі

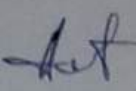
1 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				қызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:  А.Н.Алиев
«» 2024ж

Ас мәзірі

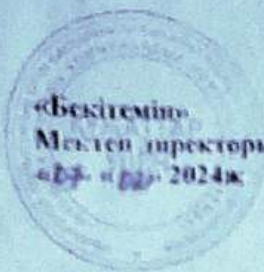
1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				бидай ұны	8	9	12
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Печенье	30	30	30	печенье	30	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				кант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:



Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«13» «09» 2024ж

Ас мәзірі

1 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	250	картоп	80	92	100
				кызанақ пастасы	3	3	3
				тұздалған кияр	14	16	17
				пияз	12	12	12
				сәбіз	10	12	15
				тұз	1,5	2	2
				арпа	15	20	30
				күнбағыс майы	5	5	7
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	100	100	100
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				кант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«03» «01» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				кант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	100	қырыкқабат	15	20	25
				көкжуа	4	5	6
				алма	16	22	27
				сәбіз	12	16	20
				лимон шырыны	4	6	8
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	10	13	16
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					516.6 кал	665.6 кал	751 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті мякоть	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				каймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу сиыр етімен	200	200	200	сиыр еті мякоть	80	80	80
				сәбіз	24	24	24
				картоп	120	120	120
				қырыккабат	40	40	40
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	11	11	11
				бидай ұны	3	3	3
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	8	8
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыккабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					582.4 кал	652.4 кал	682.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*

«13» «08» 2024ж

Ас мәзірі

2 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	90	тауық еті	119	159	199
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	3	4	5
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Каркадэ компоты	200	200	200	қант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					724.4 кал	913.4 кал	1057.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



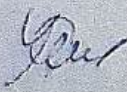
«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	құнарландырылған бидай ұны	16	18	20
				жұмыртқа	5	6	7
				пияз	12	12	12
				сары май	6	8	10
				сиыр еті	70	70	70
				тұз	1,5	2	2
				картоп	50	55	58
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				кант	4	5	6
				күнбағыс майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					481.4 кал	565.4 кал	632.8 кал

Орындаған:  Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«15.08.2024ж»
ҮШІН

А.Н.Алиев
А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					459.6 кал	579.6 кал	634 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
16.06.2024ж

А.Н.Алиев

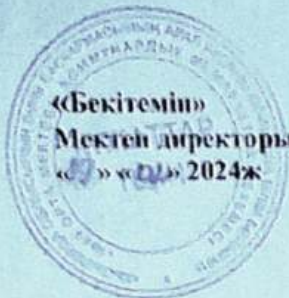
Ас мәзірі

2 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				каймак	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«09» «09» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлет	60	80	90	тауық еті фарш	75	86	96
				бидай наны	14	16	18
				пияз	8	10	12
				күнбағыс майы	6	8	10
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	алма	16	22	27
				қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	6	8	12
				сәбіз	12	16	20
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	7	9	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					694.4 кал	854.4 кал	971.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«20» «02» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					559.4 кал	723.8 кал	874.8 кал

Орындаған:

Б.Уәлиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	картоп	55	65	75
				қызанақ пастасы	5	8	12
				қызылша	35	40	45
				қырыққабат	23	26	28
				пияз	12	12	12
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	8	9	10
				күнбағыс майы	4	5	5
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	70	70	70
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					533.4 кал	627.4 кал	706.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					478.1 кал	596.6 кал	650 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«23» «08» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	250/40	күріш жармасы	15	17	18
				пияз	19	22	24
				қызанақ пастасы	6	7	8
				сиыр еті	70	70	70
				сәбіз	19	25	30
				картоп	50	60	70
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	5	6	7
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					642.4 кал	700.4 кал	713.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры
«26» «06» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта -1 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	71
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					524.4 кал	681.8 кал	810.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

«11» «01» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта - 3 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен паләу	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				кызанак пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Каркадэ компоты	200	200	200	қант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	Бидай наны	10	25	20
					603.4 кал	793.4 кал	853.9 кал

Орындаған:



Б.Уалнева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: А.Н.Алиев

2024ж

Ас мәзірі

4 апта - 3 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Көкөніс көжесі етпен	200/40	230/40	250/40	сиыр еті	70	70	70
				пияз	9	10	11
				сәбіз	11	13	14
				картоп	53	61	66
				қырыққабат	20	23	25
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	4	5	5
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Шәй лимонмен, қантпен	200	200	200	шәй	5	5	5
				қант	10	10	10
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					462.4 кал	531.9 кал	564.2 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Н.Алиев
«2024ж»

Ас мәзірі

4 апта -4 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				келтірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					621.6 кал	741.6 кал	796 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«01» «03» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта - 5 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					594.9 кал	711.4 кал	785.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

«03» 2024ж

Ас мәзірі

1 апта 1-күн

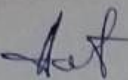
Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				қызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:  А.Н.Алиев

«05» «03» 2024ж

Ас мәзірі

1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				кызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				бидай ұны	8	9	12
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Печенье	30	30	30	печенье	30	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:



Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*

«06» 03. 2024ж

Ас мәзірі

1 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	250	картоп	80	92	100
				кызанақ пастасы	3	3	3
				тұздалған кияр	14	16	17
				пияз	12	12	12
				сәбіз	10	12	15
				тұз	1,5	2	2
				арпа	15	20	30
				күнбағыс майы	5	5	7
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	100	100	100
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				кант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалмева



«Бастамасы»
Мектеп директоры:

17.04.2024ж

А.П.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп сзбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				кант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	100	қырыккабат	15	20	25
				көкжуа	4	5	6
				алма	16	22	27
				сәбіз	12	16	20
				лимон шырыны	4	6	8
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	10	13	16
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					516,6 кал	665,6 кал	751 кал

Орындаған:

В.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:  А.Н.Алиев

«11» «03» 2024ж

Ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу сиыр етімен	200	200	200	сиыр еті мякоть	80	80	80
				сәбіз	24	24	24
				картоп	120	120	120
				қырыққабат	40	40	40
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	11	11	11
				бидай ұны	3	3	3
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	8	8
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					582.4 кал	652.4 кал	682.8 кал

Орындаған:



Б.Уалиева



«Бекітемін»
Меншік директоры: *А.Н.Алиев*
«14» «08» 2024ж

Ас мәзірі

2 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	90	тауық еті	119	159	199
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	3	4	5
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Каркадэ компоты	200	200	200	кант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					724.4 кал	913.4 кал	1057.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«13» «02» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	құнарландырыл-ған бидай ұны	16	18	20
				жұмыртқа	5	6	7
				пияз	12	12	12
				сары май	6	8	10
				сиыр еті	70	70	70
				тұз	1,5	2	2
				картоп	50	55	58
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					481.4 кал	565.4 кал	632.8 кал

Орындаған: Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«14» «03» 2024ж

ҮШІН

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					459,6 кал	579,6 кал	634 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
15.03.2024ж

Ас мәзірі

2 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				каймак	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«18» «09» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлет	60	80	90	тауық еті фарш	75	86	96
				бидай наны	14	16	18
				пияз	8	10	12
				күнбағыс майы	6	8	10
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	алма	16	22	27
				қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	6	8	12
				сәбіз	12	16	20
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	7	9	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					694.4 кал	854.4 кал	971.8 кал

Орындаған:

Б.Уалнева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«19» «03» 2024ж

A. N. Aliev А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: бекітірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					559.4 кал	723.8 кал	874.8 кал

Орындаған:

B.

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«28» «03» 2024ж

A. N. Aliyev
А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 3-күн

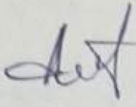
Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	картоп	55	65	75
				қызанақ пастасы	5	8	12
				қызылша	35	40	45
				қырыққабат	23	26	28
				пияз	12	12	12
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	8	9	10
				күнбағыс майы	4	5	5
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	70	70	70
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					533.4 кал	627.4 кал	706.8 кал

Орындаған:

B. Ualiyeva

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:  А.Н.Алиев
09.09.2024ж

Ас мәзірі

1 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				қызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:



Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

2024ж

Ас мәзірі

1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				бидай ұны	8	9	12
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Печенье	30	30	30	печенье	30	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				кант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



Мектеп директоры: *А.Н.Алиев* А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	250	картоп	80	92	100
				қызанақ пастасы	3	3	3
				тұздалған қияр	14	16	17
				пияз	12	12	12
				сәбіз	10	12	15
				тұз	1,5	2	2
				арпа	15	20	30
				күнбағыс майы	5	5	7
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	100	100	100
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Метод директоры:

« 09.09.2024ж »

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				кант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	100	қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	4	5	6
				алма	16	22	27
				сәбіз	12	16	20
				лимон шырыны	4	6	8
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	10	13	16
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					516.6 кал	665.6 кал	751 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев
А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті мякоть	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				қаймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

« 8 » « 04 » 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу сиыр етімен	200	200	200	сиыр еті мякоть	80	80	80
				сәбіз	24	24	24
				картоп	120	120	120
				қырыққабат	40	40	40
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	11	11	11
				бидай ұны	3	3	3
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	8	8
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					582.4 кал	652.4 кал	682.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Метод. директор: А.Н.Алиев
09.04.2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	90	тауық еті	119	159	199
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	3	4	5
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Каркадэ компоты	200	200	200	қант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					724.4 кал	913.4 кал	1057.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«11.03.2024ж»

ҮШІН

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					459,6 кал	579,6 кал	634

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				қант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					459,6 кал	579,6 кал	634 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				қаймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

15.04.2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлет	60	80	90	тауық еті фарш	75	86	96
				бидай наны	14	16	18
				пияз	8	10	12
				күнбағыс майы	6	8	10
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	алма	16	22	27
				қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	6	8	12
				сәбіз	12	16	20
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	7	9	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					694.4 кал	854.4 кал	971.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



Мектеп директоры: А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					559.4 кал	723.8 кал	874.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	картоп	55	65	75
				қызанақ пастасы	5	8	12
				қызылша	35	40	45
				қырыққабат	23	26	28
				пияз	12	12	12
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	8	9	10
				күнбағыс майы	4	5	5
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	70	70	70
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				кант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	катық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					533.4 кал	627.4 кал	706.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					478.1 кал	596.6 кал	650 кал

Орындаған:  Б.Уалнева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«20» «01» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	250/40	күріш жармасы	15	17	18
				пияз	19	22	24
				қызанақ пастасы	6	7	8
				сиыр еті	70	70	70
				сәбіз	19	25	30
				картоп	50	60	70
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	5	6	7
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					642.4 кал	700.4 кал	713.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Н.Алиев

22.04.2024ж

Ас мәзірі

4 апта -1 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	71
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыкқабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					524.4 кал	681.8 кал	810.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

А.Н.Алиев

«23» «04» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта -2 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріп жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				қызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Каркадэ компоты	200	200	200	қант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	Бидай наны	10	25	20
					603.4 кал	793.4 кал	853.9 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.Н.Алиев* А.Н.Алиев

24.09.2024ж

Ас мәзірі

4 апта - 3 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Көкөніс көжесі етпен	200/40	230/40	250/40	сиыр еті	70	70	70
				пияз	9	10	11
				сәбіз	11	13	14
				картоп	53	61	66
				қырыққабат	20	23	25
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	4	5	5
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Шәй лимонмен, қантпен	200	200	200	шәй	5	5	5
				қант	10	10	10
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					462.4 кал	531.9 кал	564.2 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта -4 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Компот кешкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					621.6 кал	741.6 кал	796 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«26» «09» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта - 5күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртка	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					594.9 кал	711.4 кал	785.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

«19 04. 2024ж»

А.Н.Алиев

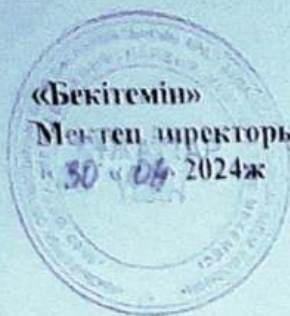
Ас мәзірі

1 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				кызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
30.06.2024ж

Ас мәзірі

1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				бидай ұны	8	9	12
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыккабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Печенье	30	30	30	печенье	30	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	200	алма	22	22	22
				кант	12	12	12
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Метод директоры:

06.05.2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртка	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				кант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	100	қырыкқабат	15	20	25
				көкжуа	4	5	6
				алма	16	22	27
				сәбіз	12	16	20
				лимон шырыны	4	6	8
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	10	13	16
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	кара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					516,6 кал	665,6 кал	751 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев
А.Н.Алиев

Ас мәзірі

1 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті мякоть	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				қаймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу сиыр етімен	200	200	200	сиыр еті мякоть	80	80	80
				сәбіз	24	24	24
				картоп	120	120	120
				қырыққабат	40	40	40
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	11	11	11
				бидай ұны	3	3	3
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	8	8
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					582.4 кал	652.4 кал	682.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



А.Н.Алиев

Ас мәзірі

2 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	құнарландырылған бидай ұны	16	18	20
				жұмыртқа	5	6	7
				пияз	12	12	12
				сары май	6	8	10
				сиыр еті	70	70	70
				тұз	1,5	2	2
				картоп	50	55	58
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				кант	4	5	6
				күнбағыс майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					481,4 кал	565,4 кал	632,8 кал

Орындаған: Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
10.05.2024ж

Ас мәзірі

2 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелі	75/5	85/5	95/5	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	11	13	15
				сүт	10	15	20
				жұмыртқа	3	5	6
				күнбағыс майы	6	7	8
				кептірілген нан	3	3	3
				сары май	5	5	5
Соус	15	15	15	сары май	8	8	8
				қаймақ	12	12	12
				Бидай ұны	5	5	5
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: бытыраған қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	72
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					763.4 кал	871.4 кал	968.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

13.05.2024ж

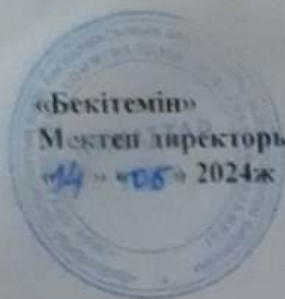
Ас мәзірі

3 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлет	60	80	90	тауық еті фарш	75	86	96
				бидай наны	14	16	18
				пияз	8	10	12
				күнбағыс майы	6	8	10
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	алма	16	22	27
				қырыққабат	15	20	25
				көкжуа	6	8	12
				сәбіз	12	16	20
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	7	9	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					694.4 кал	854.4 кал	971.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

14 «05» 2024ж

А.Н.Алиев А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				кызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Компот кепкен жемістен	200	200	200	кант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					559.4 кал	723.8 кал	874.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры:
«15» «05» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

3 апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	250/40	картоп	55	65	75
				қызанақ пастасы	5	8	12
				қызылша	35	40	45
				қырыққабат	23	26	28
				пияз	12	12	12
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	8	9	10
				күнбағыс майы	4	5	5
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	70	70	70
Сәбіз салаты	60	80	100	сәбіз	64	86	108
				қант	4	5	6
				күнбағыс майы	6	8	10
Қатық	200	200	200	қатық	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					533. 4 кал	627.4 кал	706.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Н.Алиев

«16.05.2024ж»

Ас мәзірі

3 апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Сыыр етінен котлет	70	80	90	сыыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Кисель	200	200	200	кисель	22	22	22
				су	200	200	200
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					478.1 кал	596.6 кал	650 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*
«27» «05» 2024ж

Ас мәзірі

3 апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	250/40	күріш жармасы	15	17	18
				пияз	19	22	24
				қызанақ пастасы	6	7	8
				сиыр еті	70	70	70
				сәбіз	19	25	30
				картоп	50	60	70
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	5	6	7
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					642.4 кал	700.4 кал	713.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры
«20» «05» 2024ж

А.Н.Алиев

Ас мәзірі

4 апта -1 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107	151
				сәбіз	20	25	30
				қызанақ пастасы	3	3	3
				пияз	22	25	27
				тұз	1,5	2	2
				бидай ұны	8	9	12
				күнбағыс майы	6	8	10
Гарнир: қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62	71
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	100	сәбіз	18	24	30
				тұз	1,5	2	2
				қырыққабат	41	55	69
				күнбағыс майы	8	11	13
Шырын	200	200	200	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					524.4 кал	681.8 кал	810.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

«Бекітемін»

Мектеп директоры:  А.Н.Алиев

«21» «05» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта -2 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	150/90	тауық еті	119	159	199
				күріш жармасы	51	70	82
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				кызанақ пастасы	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
				сәбіз	14	17	19
Қызылша салаты сырмен	60	80	100	қызылша	55	74	93
				сыр	10	13	16
				тұз	1,5	2	2
				күнбағыс майы	8	11	14
Каркадэ компоты	200	200	200	кант	10	10	10
				каркадэ	2	2	2
Қара бидай наны	10	10	20	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	Бидай наны	10	25	20
					603.4 кал	793.4 кал	853.9 кал

Орындаған:



Б.Уалиева

Ас мәзірі

4 апта - 4 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	64	72	80	балық	111	122	133
				пияз	12	12	12
				бидай наны	8	11	14
				сүт	14	17	20
				күнбағыс майы	8	10	12
				тұз	1,5	2	2
				кептірілген нан	7	8	9
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	175
				сүт	8	10	10
				тұз	1,5	2	2
				сары май	7	9	10
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25	сары май	8	8	8
				сәбіз	25	25	25
				тұз	1,5	2	2
				пияз	10	10	10
				бидай ұны	1,25	1,25	1,25
				қант	0,4	0,4	0,4
				қызанақ пастасы	2,5	2,5	2,5
Компот кепкен жемістен	200	200	200	қант	12	12	12
				кепкен жеміс	20	20	20
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					621.6 кал	741.6 кал	796 кал

Орындаған:

Б.Уалиева

Б.Уалиева



«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.Н.Алиев*

«24» «05» 2024ж

Ас мәзірі

4 апта - 5күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сиыр етінен котлет	70	80	90	сиыр еті фарш	75	86	96
				бидай наны	13	14	16
				сүт	18	21	24
				күнбағыс майы	5	6	7
				жұмыртқа	3	5	6
				тұз	1,5	2	2
Гарнир: асылған макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				тұз	1,5	2	2
				сары май	4	5	6
Қызанақ пастасымен соус	15	15	15	күнбағыс майы	6	8	10
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	5	5	5
				тұз	1,5	2	2
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25	20
					594.9 кал	711.4 кал	785.8 кал

Орындаған:

Б.Уалиева



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Алиев

«09» 2024 ж

ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

Ас мәзірі

I-апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	тауық еті	119	159
			күріш жармасы	51	70
			күнбағыс майы	8	10
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1,5	2
			сәбіз	14	17
Қызылша салаты сырмен	60	80	қызылша	55	74
			сыр	10	13
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	шырын	200	200
Сүзбеше	100	100	сүзбеше	100	100
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				602 ккал	709 ккал

Мектеп мейіргері: Ф.Мырзағұлова



Ас мәзірі

I-апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті мякоть	80	107
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			бидай ұны	8	9
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	6	8
Гарнир: асылған макарон	100	130	макарон	36	47
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Жас көкөніс салаты	60	80	қияр	24	32
			қызанақ	18	24
			қырыққабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Печенье	30	30	печенье	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	алма	22	22
			қант	12	12
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				333 ккал	422 ккал

Мектеп мейіргері: Мейіргері Ф.Мырзағұлова



«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Алиев

» 2024 ж
ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

Ас мәзәрі

I-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы		Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	картоп	80	92
			қызанақ пастасы	3	3
			тұздалған кияр	14	16
			пияз	12	12
			сәбіз	10	12
			тұз	1,5	2
			арпа	15	20
			күнбағыс майы	5	5
			сорпа	120	138
			сиыр еті	100	100
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	6	8
Қатық	200	200	қатық	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				804,5 ккал	884 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргер* Ф.Мырзағұлова

«Бекітемін»
Мектеп директоры:

« 2024 ж.



А.Алиев

Ас мәзірі

I-апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Сиыр етінен котлет	70	80	сиыр еті фарш	75	86
			бидай наны	13	14
			сүт	18	21
			күнбағыс майы	5	6
			жұмыртқа	3	5
			тұз	1,5	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			қант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	қырыққабат	15	20
			көкжуа	4	5
			алма	16	22
			сәбіз	12	16
			лимон шырыны	4	6
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	10	13
Кисель	200	200	кисель	22	22
			су	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				600,15 ккал	695,15 ккал

Мектеп мейіргері: Ф.Мырзағұлова

«Бекітемін»
Мектеп директоры: А.Алиев

« 2024 ж

ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

Ас мәзірі

I-апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Картоп сорпасы ет фрикаделькасымен	200/38	230/57	сиыр еті мякоть	52	78
			бидай наны	11	13
			сүт	10	15
			күнбағыс майы	5	6
			жұмыртқа	3	5
			сәбіз	10	12
			қызанақ пастасы	2	2
			сорпа	175	175
			картоп	100	120
			пияз	12	12
Кепкен жемістен компот с дәрумен қосылған	200	200	қант	20	20
			кепкен жеміс	20	20
			дәрумен С	8	8
Ара балы	10	10	ара балы	10	10
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				608 ккал	681 ккал

Мектеп мейіргері: Ф.Мырзағұлова



Ас мәзірі

II апта 1- күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті	90	100
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			бидай ұны	8	9
			тұз	1.5	2
			күнбағыс майы	5	6
Гарнир: қарақұмық	100	130	қарақұмық	48	62
			тұз	1.5	2
			сары май	4	5
Балғын көкөніс салаты	60	80	қызанақ	18	24
			балғын қияр	1.5	2
			қырыққабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				463 ккал	534 ккал

Мектеп аяжаны: *Лесф* Ф.Мырзагулова



А.Алиев

Ас мәзірі

II-апта 2 -күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	тауық еті	119	159
			тұз	1.5	2
			күнбағыс майы	6	8
Жас көкөніс салаты	60	80	княр	23	30
			кызанақ	29	39
			көк жуа	8	10
			күнбағыс майы	12	16
Қызанақ пастасымен сөус	15	15	күнбағыс майы	6	8
			кызанақ пастасы	3	3
			бидай ұны	5	5
			тұз	1.5	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	күріш	37	48
			тұз	1.5	2
			сары май	4	5
Қарқалтә компоты	200	200	қант	10	10
			қарқалтә	20	20
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				288,5 ккал	384 ккал

Мектеп аяжаны: *М.Ф.Мырзагулова*

Бекітемін

Мектеп директоры

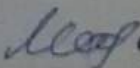
22.09.2024 ж



Ас мәзірі

II-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Үй кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	кұнарландырыл-ған бидай ұны	16	18
			жұмыртқа	5	6
			пияз	12	12
			сары май	6	8
			сиыр еті	70	70
			тұз	1,5	2
			картоп	50	55
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	3	4
Кисель	200	200	кисель	22	22
			су	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				623,5 ккал	673 ккал

Мектеп аяжаны:  Ф.Мырзағұлова

Бекітемін:
Мектеп директоры



Алиев

Ас мәзірі

Пайта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Балық котлеті	64	72	балық	111	122
			пияз	12	12
			бидай наны	8	11
			сүт	14	17
			күнбағыс майы	8	10
			тұз	1,5	2
			кептірілген нан	7	8
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			қант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	алма	22	22
			қант	12	12
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				395,65 ккал	471,15 ккал

Мектеп аяжаны: *М.Ф. Мырзагүлова*

Бекітетін
Мектеп директоры *А.Алиев*



Ас мәзірі

II апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұршак сорпасы сиыр етімен	200/25	5 230/3	сиыр еті	40	56
			пияз	12	12
			сәбіз	10	12
			картоп	80	92
			бұршак	30	35
			күнбағыс майы	5	5
Кисель	200	200	кисель	24	24
			С дәрумен	0.7	0.7
Сары май	10	10	сары май	10	10
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	кара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				471 ккал	521 ккал

Мектеп аяжаны: *Мерз* Ф.Мырзағұлова

Бекітемін

Мектеп директоры

16.09.2024 ж.



Ас мәзірі

III апта 1-күні

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	тауық еті	119.4	159.2
			күнбағыс майы	5	6
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1.5	2
			сәбіз	14	17
Гарнир: асылған макарон	100	130	макарон	36	47
			тұз	1.5	2
			сары май	4	5
Каймакпен соус	15	15	сары май	8	8
			каймак	12	12
			бидай ұны	5	5
			тұз	1.5	2
			қызанақ пастасы	5	5
Дәруменді салат/1 нұсқа/	60	80	балғын қызанақ	18	24
			балғын кияр	15	20
			алма	14	18
			сәбіз	11	15
			лимон шырыны	6	8
			кант	0.6	0.8
			күнбағыс майы	6	8
Шырын	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				403 ккал	465 ккал

Мектеп аяжаны: *М.Ф.Мырзағұлова*

Бекітемін:
Мектеп директоры А. Азиев
« 11 » « 09 » 2024 ж.



Ас мәзірі

III-апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті мякоть	80	107
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			тұз	1,5	2
			бидай ұны	8	9
			күнбағыс майы	6	8
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	күріш	37	48
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Қызылша салаты сырмен	60	80	қызылша	55	74
			сыр	10	13
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	8	11
Сәмнит кепкен жемістен	200	200	қант	12	12
			кепкен жеміс	20	20
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				309,5 ккал	401 ккал

Мектеп аяқана: *М.М.Ф.* Ф.Мырзағұлова

Бекітемін:
Мектеп директоры: А.А.шев
«18» «07» 2024 ж

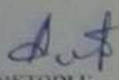


Ас мәзірі

III-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	картоп	55	65
			қызанақ пастасы	5	8
			қызылша	35	40
			қырыққабат	23	26
			пияз	12	12
			тұз	1,5	2
			сәбіз	8	9
			күнбағыс майы	4	5
			сорпа	120	138
			сиыр еті	70	70
Сәбіз-алма салаты	60	80	сәбіз	48	64
Қатық	200	200	алма	14	18
			қант	2	3
			күнбағыс майы	5	6
			катық	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				772,5 ккал	851 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргер* Ф.Мырзағұлова

Бекітемін: 
 Мектеп директоры: А.Алиев
 19 «09» 2024 ж

Ас мәзірі
 III-апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 лет	11-14 лет		7-10 лет	11-14 лет
Үй қуырдағы	200	200	сиыр еті	79	79
			картоп	178	178
			пияз	16	16
			күнбағыс майы	7	7
			қызанақ пастасы	8	8
			тұз	1.5	2
Балғын көкөніс салаты	60	80	қызанақ	18	24
			балғын қияр	1.5	2
			қырыкқабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Кисель	200	200	кисель	24	24
			қант	10	10
			дәрумен С	0.7	0.7
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				385 ккал	419 ккал

Мектеп мейіргері:  Ф.Мырзагулова



Мектеп директоры:

А.Алиев

Ас мәзірі

III-апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	күріш жармасы	15	17
			пияз	19	22
			қызанақ пастасы	6	7
			сиыр еті	70	70
			сәбіз	19	25
			картон	50	60
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	5	6
Сүт	200	200	сүт	200	200
Ара балы	10	10	ара балы	10	10
Сүзбеше	100	100	сүзбеше	100	100
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				642.4 кал	700.4 кал

Мектеп мейіргері:  Ф.Мырзағұлова



А.Алиев А.Алиев

Ас мәзірі ІҮ-апта
І-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100	сиыр еті мякоть	80	107
				сәбіз	20	25
				қызанақ пастасы	3	3
				пияз	22	25
				тұз	1,5	2
				бидай ұны	8	9
				күнбағыс майы	6	8
Гарнир: қарақұмық	100	130	150	қарақұмық	48	62
				тұз	1,5	2
				сары май	4	5
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	100	сәбіз	18	24
				тұз	1,5	2
				қырыкқабат	41	55
				күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	20	бидай наны	10	25
					482,5 ккал	575 ккал

Мектеп аяжаны: *М.М.* Мырзағұлова.Ф

Бекітемін:
Мектеп директоры:

2024 ж



А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы		Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	тауық еті	119	159
			күріш жармасы	51	70
			күнбағыс майы	8	10
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1,5	2
			сәбіз	14	17
Қияр салаты	60	80	қияр	61	82
			күнбағыс майы	10	14
Каркадэ компоты	200	200	қант	10	10
			каркадэ	20	20
Қара бидай наны	10	10	Қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	Бидай наны	10	25
					310,5 ккал

Мектеп аяғаны:

Мырзагүлова.Ф



Мектеп директоры: *Алиев* А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Көкөніс көжесі етпен	200/40	230/40	сиыр еті	70	70
			пияз	9	10
			сәбіз	11	13
			картоп	53	61
			қырыкқабат	20	23
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	4	5
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	6	8
Шәй лимонмен, қантпен	200	200	шәй	5	5
			қант	10	10
			лимон	8	8
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				435,5 ккал	491 ккал

Мектеп аяғаны: *Мирзагулова* Мирзагулова.Ф



Мектеп директоры: *А.Алиев*

Ас мәзірі
ІҮ апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы		Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Балық котлеті	64	72	балық	111	122
			пияз	12	12
			бидай наны	8	11
			сүт	14	17
			күнбағыс майы	8	10
			тұз	1,5	2
			кептірілген нан	7	8
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			кант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Компот кепкен жемістен	200	200	кант	12	12
			кепкен жеміс	20	20
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				393,65 ккал	469,15 ккал

Мектеп аяғаны: *Мер* Мырзағұлова.Ф



А.Алиев

Ас мәзірі
ІУ апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы	Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
ели сорпасы Тефті	200/25	57 230/	еңір еті	52	78
			мякоть		
			күріш	11	13
			жармасы		
			сүт	10	15
			күнбағыс	5	5
			майы		
			бидай	11	13
			наны		
			сәбіз	10	12
			кызанак	2	2
			пастасы		
Кепкен жемістен компот с дәруменімен	200	200	сорпа	175	175
			жұмыр	3	5
			тқа		
			тұз	1.5	2
Алма	150	150	картон	80	92
Сыр	10	10	пияз	12	12
Кара бидай наны	10	10	кепкен	5	5
Бидай наны	10	25	жеміс		
			кант	10	10
			дәрумен С	0.7	0.7
			алма	150	150
			Сыр	10	10
			кара бидай	10	10
			наны		
			бидай	10	25
			наны		
				656 ккал	724 ккал

Мектеп аяжаны: Мырзағұлова.Ф



«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Алиев*
«30» «09» 2024 ж

Ас мәзірі

I-апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	тауық еті	119	159
			күріш жармасы	51	70
			күнбағыс майы	8	10
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1,5	2
			сәбіз	14	17
Қызылша салаты сырмен	60	80	қызылша	55	74
			сыр	10	13
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	шырын	200	200
Сүзбеше	100	100	сүзбеше	100	100
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				602 ккал	709 ккал

Мектеп мейіргері: *Ф.Мырзағұлова*

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Алиев

«1» «10» 2024 ж.

ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

Ас мәзірі

I-апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті мякоть	80	107
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			бидай ұны	8	9
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	6	8
Гарнир: асылған макарон	100	130	макарон	36	47
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Жас көкөніс салаты	60	80	қияр	24	32
			қызанақ	18	24
			қырыққабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Печенье	30	30	печенье	30	30
Балғын алмадан компот	200	200	алма	22	22
			қант	12	12
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				333 ккал	422 ккал

Мектеп мейіргері:

Мейіргері

Ф.Мырзағұлова



«Бекітемін»
Мектеп директоры
«11/09» 2024 ж.
ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

Ас мәзірі

I-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы		Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тұздықты көже сиыр етімен	200	230	картоп	80	92
			қызанақ пастасы	3	3
			тұздалған қияр	14	16
			пияз	12	12
			сәбіз	10	12
			тұз	1,5	2
			арпа	15	20
			күнбағыс майы	5	5
			сорпа	120	138
			сиыр еті	100	100
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	6	8
Қатық	200	200	қатық	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				804,5 ккал	884 ккал

Мектеп мейірамі: *Мейіра* Ф.Мырзахұлова

«Бекітемін»
Мектеп директоры: *А.Алиев*
«10» «10» 2024 ж.



Ас мәзірі

I-апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Сыыр етінен котлет	70	80	сыыр еті фарш	75	86
			бидай наны	13	14
			сүт	18	21
			күнбағыс майы	5	6
			жұмыртқа	3	5
			тұз	1,5	2
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			қант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Дәруменді салат/2 нұсқа/	60	80	қырыққабат	15	20
			көкжуа	4	5
			алма	16	22
			сәбіз	12	16
			лимон шырыны	4	6
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	10	13
Кисель	200	200	кисель	22	22
			су	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				600,15 ккал	695,15 ккал

Мектеп мейіргері: *Ф.Мырзағұлова* Ф.Мырзағұлова

«Бекітемін»
Мектеп директоры:
« 4 » « 10 » 2024 ж



А.Алиев

Ас мәзірі

I-апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Картоп сорпасы ет фрикаделькасымен	200/38	230/57	сиыр еті мякоть	52	78
			бидай наны	11	13
			сүт	10	15
			күнбағыс майы	5	6
			жұмыртқа	3	5
			сәбіз	10	12
			қызанақ пастасы	2	2
			сорпа	175	175
			картоп	100	120
			пияз	12	12
Кепкен жемістен компот с дәрумен қосылған	200	200	қант	20	20
			кепкен жеміс	20	20
			дәрумен С	8	8
Ара балы	10	10	ара балы	10	10
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				608 ккал	681 ккал

Мектеп мейіргері: *М.Ф.Мырзағұлова* Ф.Мырзағұлова



Ас мәзірі

II-апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті	90	100
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			Пияз	22	25
			бидай ұны	8	9
			тұз	1.5	2
			күнбағыс майы	5	6
Гарнир: қарақұмық	100	130	қарақұмық	48	62
			тұз	1.5	2
			сары май	4	5
Балғын көкөніс салаты	60	80	қызанақ	18	24
			балғын қияр	1.5	2
			қырыққабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				463 ккал	534 ккал

Мектеп мейіргері:  Ф.Мырзағұлова

«Бекітемін»

Мектеп директоры: *А.А.Алиев*

«1» «12» 2024ж

Ас мәзәрі

II-апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто,г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	тауық еті	119	159
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	6	8
Жас көкөніс салаты	60	80	кияр	23	30
			қызанақ	29	39
			көк жуа	8	10
			күнбағыс майы	12	16
Қызанақ пастасымен соус	15	15	күнбағыс майы	6	8
			Қызанақ пастасы	3	3
			бидай ұны	5	5
			тұз	1,5	2
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	күріш	37	48
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Каркадэ компоты	200	200	қант	10	10
			каркадэ	20	20
Қара бидай наны	10	10	кара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				288,5 ккал	384 ккал

Мектеп мейіргері:

М.Ф.Мырзағұлова

Ф.Мырзағұлова

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.Алиев А.Алиев

«8» «10» 2024ж

Ас мәзірі

II-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
й кеспесі сиыр етімен	200/40	230/40	құнарландырылған бидай ұны	16	18
			жұмыртқа	5	6
			пияз	12	12
			сары май	6	8
			сиыр еті	70	70
			тұз	1,5	2
			картоп	50	55
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	3	4
Кисель	200	200	кисель	22	22
			су	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				623,5 ккал	673 ккал

Мектеп мейіргері: *Ф.Мырзағұлова* Ф.Мырзағұлова



«Бекітемін»

Мектеп директоры

А.Алиев

ҮШІН

« 09 » « 09 » 2024ж

Ас мәзірі

II-апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Балық котлеті	64	72	балық	111	122
			пияз	12	12
			бидай наны	8	11
			сүт	14	17
			күнбағыс майы	8	10
			тұз	1,5	2
			кептірілген нан	7	8
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			қант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Балғын алмадан компот	200	200	алма	22	22
			қант	12	12
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				395,65 ккал	471,15 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргер* Ф.Мырзағұлова



Мектеп директоры: *А.Алиев*

2024ж

Ас мәзірі

II-апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұршақ сорпасы сиыр етімен	200/25	230/35	сиыр еті	40	56
			пияз	12	12
			сәбіз	10	12
			картоп	80	92
			бұршақ	30	35
			күнбағыс майы	5	5
Кисель	200	200	кисель	24	24
			С дәрумен	0.7	0.7
Сары май	10	10	сары май	10	10
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				471 ккал	521 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргері* Ф.Мырзағұлова



Ас мәзірі

III-апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған тауық еті	60	80	тауық еті	119.4	159.2
			күнбағыс майы	5	6
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1.5	2
			сәбіз	14	17
Гарнир: асылған макарон	100	130	макарон	36	47
			тұз	1.5	2
			сары май	4	5
Қаймақпен соус	15	15	сары май	8	8
			қаймақ	12	12
			бидай ұны	5	5
			тұз	1.5	2
			қызанақ пастасы	5	5
Дәруменді салат/1 нұсқа/	60	80	балғын қызанақ	18	24
			балғын қияр	15	20
			алма	14	18
			сәбіз	11	15
			лимон шырыны	6	8
			қант	0.6	0.8
			күнбағыс майы	6	8
Шырын	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				403 ккал	465 ккал

Мектеп мейіргері: *М.Ф.Мырзағұлова*



Бекітемін:
Мектеп директоры: *А.Алиев*
« 16 » « 02 » 2024 ж

Ас мәзірі

III-апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті мякоть	80	107
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			тұз	1,5	2
			бидай ұны	8	9
			күнбағыс майы	6	8
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	күріш	37	48
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Қызылша салаты сырмен	60	80	қызылша	55	74
			сыр	10	13
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	8	11
Компот кепкен жемістен	200	200	қант	12	12
			кепкен жеміс	20	20
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				309,5 ккал	401 ккал

Мектеп аяжаны: *М.Ф.Мырзағұлова*



Бекітемін:
Мектеп директоры: *А.Алиев*
16.05.2024 ж.

Ас мәзірі

III-апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Борщ сиыр етімен	200/40	230/40	картоп	55	65
			қызанақ пастасы	5	8
			қызылша	35	40
			қырыққабат	23	26
			пияз	12	12
			тұз	1,5	2
			сәбіз	8	9
			күнбағыс майы	4	5
			сорпа	120	138
			сиыр еті	70	70
Сәбіз-алма салаты	60	80	сәбіз	48	64
Қатық	200	200	алма	14	18
			қант	2	3
			күнбағыс майы	5	6
			қатық	200	200
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				772,5 ккал	851 ккал

Мектеп мейіргері: *М.М.* Ф.Мырзағұлова

Бекітсін:
Мектеп директоры

ҚАЗАҚСТАН
ҰЛЛЫ

Ас мәзірі

III-апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Үй қуырдағы	200	200	сиыр еті	79	79
			картоп	178	178
			пияз	16	16
			күнбағыс майы	7	7
			қызанақ пастасы	8	8
			тұз	1.5	2
Балғын көкөніс салаты	60	80	қызанақ	18	24
			балғын қияр	1.5	2
			қырыққабат	17	23
			күнбағыс майы	8	11
Кисель	200	200	кисель	24	24
			қант	10	10
			дәрумен С	0.7	0.7
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				385 ккал	419 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргері* Ф.Мырзағұлова

Бекітемін:
Мектеп директоры: А.Алиев

« 20 » ж. ж. а. 2024 ж.

ҮШІН

Ас мәзірі

III-апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Күріш сорпасы етпен	200/40	230/40	күріш жармасы	15	17
			пияз	19	22
			қызанақ пастасы	6	7
			сиыр еті	70	70
			сәбіз	19	25
			картоп	50	60
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	5	6
Сүт	200	200	сүт	200	200
Ара балы	10	10	ара балы	10	10
Сүзбеше	100	100	сүзбеше	100	100
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				642.4 кал	700.4 кал

Мектеп мейіргері: Ф.Мырзағұлова

Бекітемін:
Мектеп директоры:
«21» «сә» 2024 ж.
ҚҰЖАТТАР
ҮШІН

А.Алиев А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	сиыр еті мякоть	80	107
			сәбіз	20	25
			қызанақ пастасы	3	3
			пияз	22	25
			тұз	1,5	2
			бидай ұны	8	9
			күнбағыс майы	6	8
Гарнир: қарақұмық	100	130	қарақұмық	48	62
			тұз	1,5	2
			сары май	4	5
Балғын көкөніс салаты/2 нұсқа/	60	80	сәбіз	18	24
			тұз	1,5	2
			қырыққабат	41	55
			күнбағыс майы	8	11
Шырын	200	200	шырын	200	200
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				482,5 ккал	575 ккал

Мектеп мейіргері: *Ф.Мырзағұлова* Ф.Мырзағұлова



Бекітемін:
Мектеп директоры:
« 22 » « 10 » 2024 ж

А.Алиев А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 2-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тауық етімен палау	100/60	130/80	тауық еті	119	159
			күріш жармасы	51	70
			күнбағыс майы	8	10
			пияз	9	11
			қызанақ пастасы	5	5
			тұз	1,5	2
			сәбіз	14	17
Қияр салаты	60	80	қияр	61	82
			күнбағыс майы	10	14
Каркадэ компоты	200	200	қант	10	10
			каркадэ	20	20
Қара бидай наны	10	10	Қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	Бидай наны	10	25
					310,5 ккал

Мектеп мейіргері: *М.Ф. Мырзағұлова* Ф. Мырзағұлова

Бекітемін:
Мектеп директоры:
« 27.04.2024 ж.
ҮШІН

А.Алиев А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 3-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Көкөніс көжесі етпен	200/40	230/40	сиыр еті	70	70
			пияз	9	10
			сәбіз	11	13
			картоп	53	61
			қырыққабат	20	23
			тұз	1,5	2
			күнбағыс майы	4	5
Сәбіз салаты	60	80	сәбіз	64	86
			қант	4	5
			күнбағыс майы	6	8
Шәй лимонмен, қантпен	200	200	шәй	5	5
			қант	10	10
			лимон	8	8
Алма	150	150	алма	150	150
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				435,5 ккал	491 ккал

Мектеп мейіргері: *Ф. Мырзагүлова* Ф. Мырзагүлова

Бекітемін:
Мектеп директоры:
«29» «10» 2024 ж
ҮШІН

А.Алиев
А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 4-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы		Брутто, г
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Балық котлеті	64	72	балық	111	122
			пияз	12	12
			бидай наны	8	11
			сүт	14	17
			күнбағыс майы	8	10
			тұз	1,5	2
			кептірілген нан	7	8
Гарнир: картоп езбесі	100	130	картоп	115	150
			сүт	8	10
			тұз	1,5	2
			сары май	7	9
Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	сары май	8	8
			сәбіз	25	25
			тұз	1,5	2
			пияз	10	10
			бидай ұны	1,25	1,25
			қант	0,4	0,4
			қызанақ пастасы	2,5	2,5
Компот кепкен жемістен	200	200	қант	12	12
			кепкен жеміс	20	20
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				393,65 ккал	469,15 ккал

Мектеп мейіргері: *Мейіргері* Мырзағұлова.Ф

Бекітемін:
Мектеп директоры:
«25» «10» 2024 ж

А.Алиев

Ас мәзірі
ІҮ апта 5-күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі		Тағам құрамы	Брутто, г	
	7-10 жас	11-14 жас		7-10 жас	11-14 жас
Тефтели сорпасы	200/25	230/57	сиыр еті мякоть	52	78
			күріш жармасы	11	13
			сүт	10	15
			күнбағыс майы	5	5
			бидай наны	11	13
			сәбіз	10	12
			кызанақ пастасы	2	2
			сорпа	175	175
			жұмыртқа	3	5
			тұз	1.5	2
			картоп	80	92
			пияз	12	12
Кепкен жемістен компот с дәруменімен	200	200	кепкен жеміс	5	5
			қант	10	10
			дәрумен С	0.7	0.7
Алма	150	150	алма	150	150
Сыр	10	10	Сыр	10	10
Қара бидай наны	10	10	қара бидай наны	10	10
Бидай наны	10	25	бидай наны	10	25
				656 ккал	724 ккал

Мектеп мейіргері:

Мырзағұлова.Ф