

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



«06» 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

1 апта – 1 күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Тауық етімен палау	150/60	180/80	200/90
2	Сәбіз және алма салаты	60	80	100
3	Шырын	200	200	200
4	Сары май	10	10	10
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике: Тасмагамбетова А.

Аспазшы: Елеусинова З



« 07 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

1 апта – 2күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100
2	Гарнир-асылған макарон	100	130	150
3	Балғын көкөніс салаты	60	80	100
4	Балғын алмадан компот	200	200	200
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



«08» «11» 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

1 апта – 3күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Тұздықты көже сиыр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Қияр және қырыққабат салат	60	80	100
3	Қатық	200	200	200
4	Печенье	30	30	30
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

Тасмагамбетова А.

Аспазшы:

Елеусинова З



«09» 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

1 апта – 4күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Тауық етінен котлет	70	80	90
2	Гарнир-картоп езбесі	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25
4	Дәрумен салаты	60	80	100
5	Кисель	200	200	200
6	Алма	150	150	150
7	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбик:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 10 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

1 апта – 5күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Картон сорпасы ет фрикаделькасымен	200/38	230/57	250/76
2	Шай лимонмен, қантпен	200	200	200
3	Ара балы	10	10	10
4	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 13 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

2 апта – 1 күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100
2	Гарнир-қарақұмық	100	130	150
3	Балғын көкөніс салаты	60	80	100
4	Шырын	200	200	200
5	Ірімшік	10	10	10
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 14 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

2 апта – 2күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған тауық еті	60	80	90
2	Гарнир-бөктірілген күріш	100	130	150
3	Сәбіз бен алама салаты	60	80	100
4	Қаймақпен соус	15	15	15
5	Каркадэ компоты	200	200	200
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбик:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 15 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

2 апта – 3күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Уй кеспесі сиыр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Қияр және қырықсаят салаты	60	80	100
2	Сүтті қаспа	200	200	200
3	Вафли	30	30	30
4	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З

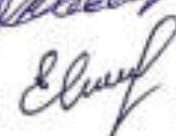


« 16 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

2 апта – 4күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Балық котлеті	80	90	100
2	Гарнир-картоп езбесі	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25
4	Балғын алмадан компот	200	200	200
5	Алма	150	150	150
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 17 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

2 апта – 5 күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұршақ сорпасы сиыр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Шай лимонмен, қантпен	200	200	200
3	Ара балы	10	10	10
4	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Гасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 20 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

3 апта – 1 күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған тауық еті	60	80	90
2	Гарнир-асылған макарон	100	130	150
3	Қаймақпен соус	15	15	15
4	Дәрумен салат	60	80	100
5	Шырын	200	200	200
6	Сары май	10	10	10
7	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 21 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

3 апта – 2күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100
2	Гарнир-бөктірілген күріш	100	130	150
3	Сәбіз және алма салаты	60	80	100
4	Компот кепкен жемістен	200	200	200
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 22 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

3 анта – 3күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Борщ сныр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Балғын көкеніс салаты	60	80	100
3	Қатық	200	200	200
4	Печенье	30	30	30
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 23 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

3 апта – 4күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Тауық етінен котлет	70	80	90
2	Гарнир-картоп езбесі	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25
4	Кисель	200	200	200
5	Алма	150	150	150
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 24 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

3 апта – 5күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Күріш сорпасы сиыр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Шай лимонмен,кантпен	200	200	200
3	Ара балы	10	10	10
4	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



«24» 11, 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

4 апта – 1 күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	60	80	100
2	Гарнир-қарақұмық	100	130	150
3	Балғын көкөніс салаты	60	80	100
4	Шырын	200	200	200
5	Ірімшік	10	10	10
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Мелбик:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



«28» 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

4 апта – 2күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Тауық етімен палау	150/50	180/50	200/50
2	Сәбіз салаты	60	80	100
3	Компот қарқадз	200	200	200
4	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



«20» 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

4 апта – 3күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Көкөніс көжесі сиыр етімен	200/25	230/35	250/50
2	Қияр және қырыққабат салаты	60	80	100
3	Сүтті какао	200	200	200
4	Вафли	30	30	30
5	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбик:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Елеусинова З



« 30 » 11 2023 жыл

Жаз, күз айларына арналған ас мәзірі

4 апта – 4күн				
	Тағамның атаулары	7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Балық котлеті	80	90	100
2	Гарнир-картоп езбесі	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	25	25	25
4	Кепкен жемістен компот	200	200	200
5	Алма	150	150	150
6	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	10	25	20

Медбике  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Блєсуинова З