



« 4 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

1 апта -5 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Картоп сорпасы ет фрикаделькасымен	Сыыр еті/фарш Бидай нан Сүт Күнбағыс майы Жұмыртқа Сәбіз Қызанақ пастасы Сорпа Картоп Пияз	200/38	230/57	250/76
2	Сүтті какао	Қант Какао Сүт	200	200	200
3	Ара балы	10	10	10	10
4	Қара бидай наны Бидай наны	Қара бидай наны Бидай наны	10 10	10 25	20 20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  -Серікбасова Г

«Бекітемін»

Мектеп директоры



«04» «03» 2024 ж

Қыс,көктем айларына арналған ас мәзірі

2 апта 1-күн

Тағамның атауы	Тағам құрамы	Тағамның өлшемі		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	сиыр еті сәбіз қызанақ пастасы пияз бидай ұны тұз күнбағыс майы	60	80	100
Гарнир: қарақұмық	қарақұмық тұз сары май	100	130	150
Балғын көкөніс салаты	сәбіз тұз қырыққабат күнбағыс майы	60	80	100
Шырын	шырын	200	200	200
Қара бидай наны	қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	бидай наны	10	25	20

Медбеке:

Тасмағамбетова А

Аспазшы:

Серікбаева Г

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.О.



« 5 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

2 апта -2 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Бұқтырылған тауық еті	Тауық еті Күнбағыс майы Пияз Қызанақ пастасы Тұз Сәбіз	60	80	90
2	Гарнир- бөктірілген күріш	Күріш Тұз Сары май	100	130	150
3	Қызылша салаты сырмен	Қызылша Сыр Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
4	Қаймақпен соус	Сары май Қаймақ Бидай ұны Тұз Қызанақ пастасы	15	15	15
5	Балғын алма компоты	Қант Алма	200	200	200
6	Қара бидай наны Бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
		Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Серікбаева Г.

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев В.С.



« 06 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

2 апта -3 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Үй кеспесі сныр етімен	Құнарландырылған бидай ұны Жұмыртқа Пияз Сары май Сныр еті Асқөк Тұз картон	200/25	230/25	250/50
2	Кисель С дәрумені қосылған	Кисель Қант С дәрумені	200	200	200
3	Алма	Алма	150	150	150
4	Қара бидай наны Бидай наны	Қара бидай наны Бидай наны	10 10	10 25	20 20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.

«07» 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

2 апта -4 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Балық котлеті	Балық Пияз Бидай наны Сүт Күнбағыс майы Тұз Кептірілген нан	80	90	100
2	Гарнир- картоп езбесі	Картоп Сүт Тұз Сары май	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	Сары май Сәбіз Аскөк Тұз Пияз Бидай ұны Қант Қызанақ пастасы	25	25	25
4	Сәбіз және алма салаты	Сәбіз Алма Қант тұз	60	80	100
5	Компот каркадэ	Каркадэ Қант	200	200	200
6	Алма	Алма	150	150	150
7	Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

Тасмағамбетова А

Аспазшы:

Серікбаева Г

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



« 11 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -1 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Бұқтырылған тауық еті	Тауық еті Тұз Өсімдік майы	60	80	90
Гарнир-асылған макарон	Макарон Тұз Сары май	100	130	150
Қаймақпен соус	Сары май Қаймақ Бидай ұны Тұз Қызанақ пастасы	15	15	15
Дәрумен салаты	Алма Қырыққабат Көк жуа Сәбіз Лимон шырыны Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Шырын	Шырын	200	200	200
Сары май	Сары май	10	10	10
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбик:

 Тасмағамбетова А

Аспазшы:

 Серікбаева Г

«Бекітемін»

Мектеп директоры

Ибраһим Б.С.



« 11 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -2 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Бұқтырылған сиыр еті көкешітермен	Сиыр еті Сәбіз Қызанақ пастасы Пияз Тұз Бидай ұны Күнбағыс майы	60	80	100
Гарнир-бөктірілген күріш	Күріш Тұз Сары май	100	130	150
Қызылша салаты сыр мен	Қызылша Сыр Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Компот кепкен жемістен	Қант Кепкен жеміс	200	200	200
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

 Тасмағамбетова А.

Аспазшы:

 Серікбаева Г.

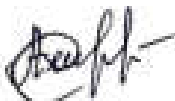


«13» 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -3 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Борщ сиыр етімен	Қартоп Қызанақ пастасы Қызылша Қырыққабат Пияз Тұз Сәбіз Күнбағыс майы Сиыр еті	200/25	230/35	250/50
Сәбіз және алма салаты	Сәбіз Алма Қант Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Қатық	Қатық	200	200	200
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбасва Г

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



«14» 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -4 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Ет биточки	Сыыр еті Бидай нан Сүт Күнбағыс майы Кептірілген нан Сары май	75/5	85/5	95/5
Гарнир- картоп езбесі	Картоп Сүт Тұз Сары май	100	130	150
Балғын көкөніс салаты	Сәбіз Тұз Қырықабат Күнбағыс майы	60	80	100
Кисель с дәруменімен	Кисель Қант С дәрумені	200	200	200
Алма	Алма	150	150	150
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбикесі

 Тасмагамбетова А

Аспазшы:

 Серікбаева Г



« 15 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -5 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Күріш сорпасы етпен	Күріш жармасы Пияз Асқөк Қызанақ пастасы Сиыр еті Сары май Сәбіз Картон Тұз	200/25	230/35	250/50
Сүтті какао	Какао Сүт Қант	200	200	200
Ара балы	Ара балы	10	10	10
Алма	Алма	150	150	150
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



« 18 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

4 апта -1 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	Сиыр еті Сәбіз Қызанақ пастасы Пияз Бидай ұны Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Гарнир-карақұмық	Қарақұмық Тұз Сары май	100	130	150
Балғын көкөніс салаты/2нұсқа/	Сәбіз Тұз Қырыққабат Күнбағыс майы	60	80	100
Шырын	Шырын	200	200	200
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



«19» 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

4 апта -2 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Тауық етімен палау	Тауық еті Күріш жармасы Күнбағыс майы Тұз Пияз Сәбіз	150/50	180/50	200/50
Қызылша салаты сырмен	Қызылша Сыр Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Компот каркадэ	Каркадэ Қант	200	200	200
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбик:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.

« 20 » 03 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

4 апта -3 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Көкөніс көжесі етпен	Сыыр еті Пияз Сәбіз Картон Көк бұршақ консе Қырықабат Тұз Күнбағыс майы	200/25	230/35	250/50
Сәбіз салаты	Сәбіз Қант Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
Кисель С дәрумен қосылған	Кисель С дәрумен Қант	200	200	200
Алма	Алма	150	150	150
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбик:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г