

«Бекітемін»

Мектеп директоры

Ибраев Б.С.



« 1 » 01 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

1 апта -4 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Сыыр етінен котлет	Сыыр еті Бидай наны Сүт Құнбағыс майы Кептірілген нан Сары май Жұмыртқа Тұз	70	80	90
2	Гарнир-картоп езбесі	Картоп Сүт Тұз Сары май	100	130	150
3	Қызанақ соусы көкөністермен	Сары май Сәбіз Асқөк Тұз Пияз Бидай ұны Қант Қызынық пастасы	25	25	25
4	Дәруменді салат /2нұсқа/	Қырыққабат Көкжуа Алма Сәбіз Лимон шырыны Тұз Құнбағыс майы	60	80	100
5	Қатық	Қатық	200	200	200
6	Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

Тасмағамбетова А

Аспазшы:

Серікбасева Г



« 02 » 02 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	Кепкен жемістен компот С дәрумен қосылған	Қант Кепкен жеміс С дәрумені	200	200	200
3	Ара балы	10	10	10	10
4	Алма	Алма	150	150	150
5	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.



«05» 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

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

Медбике:  Тасмагамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



« 06 » 02 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	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



« 07 » 02 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	Қунарландырылған бидай ұны Жұмыртқа Пиіз Сары май Сныр еті Асқөк Тұз картоп	200/25	230/25	250/50
2	Сүт қосылған какао	Какао ұнтағы Қант Сүт су	200	200	200
3	Ара балы	Ара балы	10	10	10
4	Алма	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А.

Аспазшы:  Серікбаева Г.



« 08 » 02 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 Асқөк 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	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.

«19» 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

2 апта -5 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Бұршақ оспасы сиыр етімен	Сиыр еті Пияз Сәбіз Картон Бұршақ Асқок Күнбағыс майы	200/25	230/25	250/50
2	Кисель	Кисель С дәрумен	200	200	200
3	Сүзбеше	Сүзбеше	100	100	100
4	Алма	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г



«12» 02 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

Медбике:  Тасмағамбетова А

Аспазшы:  Серікбаева Г

«Бектөм»
Мектеп директоры
Ибраһім Б.



« 13 » 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -2 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Бұқтырылған сныр еті көкенистермен	Сныр 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

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



«14» 02 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	Картоп Қызанақ пастасы Қызылша Қырыққабат Пияз Тұз Сәбіз Құнбағыс майы Сиыр еті	200/25	230/35	250/50
Сәбіз және алма салаты	Сәбіз Алма Қант Тұз Құнбағыс майы	60	80	100
Қатық	Қатық	200	200	200
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

«Бекітемін»

Мектеп директоры

Ибраев Б.С.



« 15 » 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

3 апта -4 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Үй қуырдағы	Сиыр еті Картон Пияз Күнбағыс майы Қызанақ пастасы Тұз	200	200	200
Балғын көкөніс салаты	Сәбіз Тұз Қырыққабат Күнбағыс майы	60	80	100
Кисель	Кисель Қант Лимон қышқылы	200	200	200
Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

Тасмагамбетова А

Аспазшы:

Серікбаева Г



«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.

« 16 » 02 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 Сыыр еті Сары май Сәбіз Картоп Тұз	200/25	230/35	250/50
Компот қарқадз	Қант Қарқадз	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

«Бекітемін»

Мектеп директоры

Ибраев Б.С.

«19» 02 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 Құнбағыс майы	60	80	100
Гарнир-қарақұмық	Қарақұмық Тұз Сары май	100	130	150
Балғын көкөніс салаты/2нұсқа/	Сәбіз Тұз Қырыққабат Құнбағыс 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

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



« 20 » 02 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 қарқадз	Қарқадз Қант	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

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.

«21» 02 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 Картөп Көк бұршақ консе Қырыққабат 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

Медбике

Тасмағамбетова А

Аспазшы:

Серікбаева Г

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С. 



« 12 » 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

4 апта -4 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Балық котлеті	Балық Пияз Бидай наны Сүт Күнбағыс майы Тұз Кептірілген нан	80	90	100
Гарнир-картоп сзбесі	Картоп Сүт Сары май тұз	100	130	150
Қызанақ соусы көкөністермен	Сары май Сәбіз Аскөк Тұз Пияз Бидай ұны Қант Қызанақ пастасы	25	25	25
Компот кепкен жемістен	Кепкен жеміс 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

Медбикс:  Тасмагамбетова А.

Аспазшы:  Серікбаева Г.

«Бекітемін»
Мектеп директоры
Ибраев Б.С.



«13» 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

4 апта -5 күн	Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
		7-10	11-14	15-18
Тефтели сорпасы	Сыыр еті Күріш жармасы Сүт Күнбағыс майы Бидай наны Сәбіз Қызанақ пастасы Сорпа Жұмыртқа Тұз Картоп пияз	200/25	230/57	250/76
Сүтті Какао	Какао сүт	200	200	200
Ара балы	Ара балы	10	10	10
Сүзбеше	Сүзбеше	100	100	100
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.



«26» Оул . 2024 жыл

Қыс,көктем айларына арналған ас мәзірі

Апта - 1 күн

Тағамның атауы	Тағамның өлшемі			Тағам құрамы
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Бұқтырылған тауық еті	60	80	90	тауық еті
				күнбағыс майы
				пияз
				қызанақ пастасы
				тұз
				сәбіз
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш
				тұз
				сары май
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	сәбіз
				тұз
				қырыққабат
				күнбағыс майы
Шырын	200	200	200	шырын
Сары май	10	10	10	сары май
Қара бидай наны	10	10	20	қара бидай наны
Бидай наны	10	25	20	бидай наны

Медбек

Тасмағамбетова А

Аспазшы:

Серікбаева Г



«24» 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

1 апта -2 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Бұқтырылған сиыр еті көкөністермен	Сиыр еті Сәбіз Қызанақ пастасы Пияз Бидай ұны Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
2	Гарнир-асылған макарон	Макарон Тұз Сары май	100	130	150
3	Сәбіз салаты	Сәбіз Қант Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
4	Қатық	Қатық	200	200	200
5	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.



« 28 » 02 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

1 апта -3 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Тұздықты көже сиыр етімен	Картоп Қызанақ паста Тұздалған кияр Пияз Сәбіз Тұз Арпа Күнбағыс майы Сорпа Сиыр еті	200/25	230/35	250/50
2	Сыр қосылған қызылша салаты	Қызылша Сыр Тұз Күнбағыс майы	60	80	100
3	Кисель С дәруменімен	Кисель Қант С дәрумені	200	200	200
4	Алма	Алма	150	150	150
5	Қара бидай наны	Қара бидай наны	10	10	20
	Бидай наны	Бидай наны	10	25	20

Медбике:

 Асмагамбетова А

Аспазшы:

 Серікбаева Г



«29» 02. 2024 жыл

Қыс, көктем айларына арналған ас мәзірі

1 апта -4 күн		Тағам құрамы	Жас ерекшелігі		
			7-10	11-14	15-18
1	Сыыр етінен котлет	Сыыр еті Бидай наны Сүт Құнбағыс майы Кеттірілген нан Сары май Жұмыртқа Тұз	70	80	90
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 Қызынық пастасы	25	25	25
4	Дәруменді салат /2нұсқа/	Қырыққабат Көкжуа Алма Сәбіз Лимон шырыны Тұз Құнбағыс майы	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