



«Бекітемін»
Мектеп директоры _____ Г. Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі
II апта 1-күн 07. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Борщ	200/250	250/300	250/300	Қызылша	28	33	36
				қырыққабат	20	23	25
				қызанақ			
				пастасы	5	6	7
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				картоп	20	20	20
				пияз	7	8	9
				тұз	1	1,5	2
				өсімдік майы	3	3	3
				қант	2	2	2
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	30	30	30
Турама зразылар	80-100	100-180	100-180	сиыр еті	50	65	70
				бидай наны	9	10	11
				сүт	25	30	35
				пияз	15	35	50
				картоп	10	10	10
				крахмалы	9	10	10
				өсімдік майы	7	8	9
				кептірілген нан	4	5	6
				ақжелкен			
Гарнир арпа жармасы	100-150	150-180	150-180	арпа жармасы	30	40	54
				сары май	4	5	7
				сорпа	73	95	110
Кептірілген жеміс қосындысынан компот	200	200	200	алма мен	5	5	5
				алмұрт	6	7	8
				қант			
Сүзбе	60	70	80	Сүзбе	60	70	80
				қант	5	5	5
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250
Ара балы	9	9	9	Ара балы	9	9	9
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Н. Буздакова

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта

2-күн 08. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Харчо көжесі	200-250	250-300	250-300	күріш жармасы	15	17	18
				Пияз	14	22	29
				Сары май	8	9	10
				Акжедкен	8	9	10
				Қызанақ пастасы	6	7	8
				Тұз	1	1,5	2
				сорпа	200	230	250
				Сиыр еті	20	30	30
қырыққабат салаты	60-100	100-150	100-150	Қырыққабат	50	68	88
				Шөптесін	7	9	11
				Қант	5	5	7
				өсімдік майы	4	5	5
Үй қуырдағы (жаркое)	150-200	200-250	200-250	сиыр еті	30	40	50
				картоп	140	155	158
				пияз	15	15	15
				қызанақ пастасы	11	11	11
				өсімдік майы	7	7	7
Шай	200	200	200	Шай	2	2	2
				Қант	5	5	5
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Н. Буздакова

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта

3-күн 09. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
кеспе көжесі тауық етімен	200/250	250/300	250/300	бидай ұны	16	18	25
				су	3	3	3
				тұз	1	1,5	2
				жұмыртқа	5	15	15
				Пияз	9	10	11
				Сары май	4	5	5
				Сорпа	189	217	5
				Таық еті	140	165	237
Палау(Сиыр етінен)	150-200	200-250	200-250	сиыр еті	70	70	80
				күріш жармасы	40	57	68
				өсімдік майы	8	10	10
				пияз	9	10	10
				сәбіз	14	15	16
С витамині қосылған кисель	200	200	200	Қант	5	5	5
				лимон қышқылы	1	1	1
				су	190	190	190
				ұнтақталған С витамині концентраттан алынған кисель	0,07	0,07	0,07
					20	20	20
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:

Н. Буздакова

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры

86

Г.Дуйсенова



**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта 4-күн 10. 02.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Бұршақ көжесі	200-250	250-300	250-300	үрме бұршақ	10	14	20
				картоп	20	30	47
				сәбіз	8	9	10
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	4	5	5
				сорпа	140	161	175
				сиыр еті	30	30	30
Балғын көкөніс пен ірімшіктен салат	80-150	100-180	100-180	Қырыққабат	41	45	50
				Ірімшік	10	15	15
				Сәбіз	18	20	25
				өсімдік майы	7	8	8
Бұқтырылған көксерке балығы	80-150	100-180	100-180	көксерке балығы	110	130	140
				су немесе сорпа	27	27	27
				сәбіз	23	23	23
				ақжелкен	3	3	3
				пияз	10	10	10
				қызанақ пастасы	10	10	10
				өсімдік майы	5	7	10
				қант	4	5	8
				тұз	1	1,5	2
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100-150	150-180	150-180	Сәбіз	19	15	28
				Картоп	10	13	32
				көк бұршақ	12	20	14
				қырыққабат	19	30	28
				сүт	30	4	30
				сары май	4	7	9
				бидай ұны	4	12	10
				сорпа немесе су	10	5	12
				қант	3	5	6
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40
Компот	200	200	200	Компот	200	200	200
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Н. Буздакова
С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта 5-күн 11.02.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
көкөністер қосылған көже	7-10	11-14	15-18				
	200-250	250-300	250-300	ақ қауданды қырыққабат	20	23	25
				картоп	20	30	35
				сәбіз	11	12	14
				пияз	9	10	11
				көк бұршақ	9	10	11
				консервіленген өсімдік майы	4	7	8
				сорпа	151	174	190
Ет биточкілері	80-150	100-180	100-180	сиыр еті	25	30	30
				арналған ет)	50	70	80
				бидай наны	6	10	14
				сүт	25	25	25
				кептірілген нан	3	3,5	6
				өсімдік майы	4	8	9
				йодталған тұз	1	1,5	2
				сары май	3	4	5
Гарнир:бөктірілген күріш	100-150	150-180	150-180	Күріш	35	47	50
				сары май	2	3	4
				сорпа	73	95	110
Ара балы	8	8	8	бал	8	8	8
сүт	150	150	150	сүт	150	150	150
шырын	165	165	165	шырын	165	165	165
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Н. Буздакова
С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова



Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

III апта

1-күн 14. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Вермишель салынған көже	200- 250	250- 300	250- 300	вермишель	16	18	20
				сәбіз	11	13	14
				пияз	15	20	25
				өсімдік майы	2	3	3
				қызанақ пастасы	3	3	3
				сорпа	191	220	240
				сиыр еті	30	30	40
Бұқтырылған сиыр еті (поджарко)	80-150	100- 180	100- 180	сиыр ет	45	80	80
				пияз	37	42	47
				өсімдік майы	11	12	12
				йодталған тұз	1	1,5	2
				қызанақ пастасы	14	16	18
Гарнир:бытырап піскен қарақұмық	100- 150	150- 180	150- 180	қарақұмық жармасы	33	47	51
сүзбе	60	70	80	сары май	5	6	9
компот	200	200	200	Қант	7	9	10
				сүзбе	60	70	80
ара балы	9	9	9	ара балы	200	200	200
Сүт	150	150	150	Сүт	9	9	9
Қара бидай нан	20	35	40	Қара бидай нан	150	150	150
					20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Н. Буздакова
С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова



**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

III апта

2-күн 15. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
Бұршақ көжесі	7-10	11-14	15-18	Картоп үрме бұршақ сәбіз пияз өсімдік майы сорпа сиыр еті			
	200-250	250-300	250-300		20 10 15 15 4 140 30	25 12 20 20 6 161 30	30 15 25 25 6 175 30
Сәбізден салат	60-100	100-150	100-150	Сәбіз Қант өсімдік майы	64 4 6	86 6 8	104 7 9
Пісірілген: тауық еті	80-150	100-180	100-180	тауық еті пияз	140 20	165 20	200 20
Гарнир: пісірілген макарон	100-150	150-180	150-180	Макарон йодталған тұз сары май	26 1 4	37 1,5 5	54 2 9
Көп дәруменді шырын	165	165	165	Көп дәруменді шырын	165	165	165
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250
Сузбеше	125	125	125	Сузбеше	125	125	
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Н. Буздакова
С.Ахметова

С.Ерекешева



Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

III апта

3-күн 16. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Рассольник (тұздықты көже)	200-205	250-300	250-300	Картоп	20	30	35
				Пияз	20	22	23
				тұздалған қияр	14	16	17
				өсімдік майы	4	6	7
				сорпа немесе су	140	161	175
				сиыр еті	30	30	30
Турама зразылар	80-150	100-180	100-180	сиыр еті (котлетке арналған ет)	60	75	90
				бидай наны	15	20	25
				сүт	40	40	40
				пияз	35	40	45
				йодталған тұз	1	1,5	2
				өсімдік майы	8	10	11
				кептірілген нан	10	11,5	15
				ақжелкен	4	5	9
Гарнир: бөктірілген күріш	100-150	150-180	150-180	Күріш	25	38	45
				сары май	5	6	7
				сорпа	73	95	110
Итмұрын жемісінен кисель	200	200	200	кептірілген итмұрын	5	5	5
				жемісі			
				қант	19	20	23
				картоп крахмалы	10	10	10
				лимон қышқылы	1	1	1
				су	218	218	218
ара балы	8	8	8	ара балы	8	8	8
сүт	150	150	150	сүт	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:

Н. Буздакова

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

III апта 4-күн 17. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Жарма салынған көже	200-250	250-300	250-300	сұлы жармасы	20	23	25
				сәбіз	11	13	14
				пияз	9	10	11
				өсімдік майы	4	6	7
				сорпа	200	230	250
				сиыр еті	30	30	30
Балғын көкөніс пен ірімшік қосылған салат	60-100	100-150	100-150	ақ қауданды қырыққабат	41	55	69
				ірімшік	10	15	15
				сәбіз	18	24	30
				өсімдік майы	8	11	12
Бөктірілген көксерке балығы	80-150	100-180	100-180	көксерке балығы (кесекті ет)	110	130	140
				пияз	15	15	18
				ақжелкен	5	5	7
				ақ қатық негізгі	50	50	50
				сорпа	55	55	55
				сары май	2	2	2
				құнарландырылған	3	3	3
				бидай ұны			
				йодталған тұз	1	1,5	2
				пияз	20	22	30
Гарнир:картоп езбесі	100-150	150-180	150-180	Картоп	80	90	100
				Сүт	40	45	50
				сары май	4	5	6
компот	200	200	200	компот	200	200	200
алма	250	250	250	алма	250	250	250
Сузбеше	125	125	125	Сузбеше	125	125	125
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Н. Буздакова

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

III апта 5-күн 18. 02. 2022жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Үй кеспе көжесі	200/250	250/300	250/300	құнарландырылған бидай ұны	14	19	29
				жұмыртқа	5	15	15
				су	3	3	3
				йодталған тұз	1	1,5	2
				картоп	40	50	60
				пияз	9	10	11
				сары май	5	6	7
				сорпа	189	217	236
				сиыр еті	30	30	30
				сиыр еті	50	60	70
Рагу (сиыр етінен)	150-200	200-250	200-250	өсімдік майы	8	8	8
				картоп	50	55	60
				сәбіз	24	24	24
				пияз	18	18	22
				құнарландырылған бидай ұны	3	3	3
				Шәй	2	2	2
шәй	200	200	200	Қант	5	5	5
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Н. Буздакова

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

IV апта 1-күн 21. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Балғын қырыққабаттан щи	200/250	250/300	250/300	Қырыққабат	30	35	40
				Сәбіз	5	6	7
				Ақжелкен	3	3	3
				Картоп	63	73	83
				Пияз	9	10	11
				қызанақ пастасы	3	3	3
				бидай ұны	3	3	3
				өсімдік майы	4	5	6
				сорпа	160	184	200
				сиыр еті	30	30	30
Палау(Сиыр етінен)	150-200	250-300	250-300	сиыр еті	40	50	50
				күріш жармасы	9	45	60
				өсімдік майы	7	8	8
				пияз	9	11	12
				тұз	1	1,5	2
				сәбіз	14	17	19
				қызанақ пастасы	16	19	21
Көп дәруменді шырын	165	165	165	Көп дәруменді шырын	60	70	80
сүзбе	60	70	80	Сүзбе	60	70	80
				қант	5	5	5
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250
Ара балы	9	9	9	Ара балы	9	9	9
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай нан	20	20	20	Қара бидай нан	20	20	20

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Н. Буздакова

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

IV апта

2-күн 22. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Вермишель салынған көже	60-100	100-150	100-150	Вермишель	15	17	20
				Сәбіз	5	6	7
				Пияз	5	5	6
				Картоп	63	78	83
				өсімдік майы	6	7	8
				қызанақ пастасы	3	3	3
				сорпа	191	220	240
				сиыр еті	30	30	30
Дәруменді салат	60-100	100-150	100-150	Қырыққабат	15	20	25
				Сәбіз	12	16	20
				Пияз	4	5	6
				Алма	16	22	27
				өсімдік майы	5	8	8
Турама зразылар	80-150	100-180	100-180	сиыр еті (котлетке арналған ет)	50	70	70
				бидай наны	9	10	11
				сүт	25	25	25
				пияз	15	18	20
				өсімдік майы	5	7	8
				тұз	1	1,5	2
				кептірілген нан	5	5,75	8
				ақжелкен	4	5	6
Гарнир: арпа жармасы	100-150	150-180	150-180	арпа жармасы	25	35	44
				сары май	8	9	14
				сорпа	73	95	110
Шәй	200	200	200	Шәй	2	2	2
				Қант	4	4	4
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125
Қара бидай нан	20	20	20	Қара бидай нан	20	20	20

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:

Н. Буздакова

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

IV апта

3-күн 23. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Жарма салынған көже	200/250	250/300	250/300	Жарма салынған көже	20	23	25
				Сәбіз	5	5	5
				Картоп	64	74	84
				Пияз	9	10	11
				өсімдік майы	8	9	9
				сорпа	200	230	250
				сиыр еті	25	30	30
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	80-150	250-300	250-300	сиыр еті	60	75	110
				сәбіз	8	9	10
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	5	7	7
				қызанақ пастасы	19	21	24
				бидай ұны	6	7	8
Гарнир: бұқтырылған қырыққабат	100-150	150-180	150-180	Қырыққабат	100	122	163
				сары май	8	10	14
				сәбіз	3	4	5
				пияз	5	7	8
				тұз	1	1,5	2
				қызанақ пастасы	9	12	14
				бидай ұны	1	1	1
				қант	3	4	6
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген алма	5	5	5
				Қант	10	10	10
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Сүт	150	150	150	Сүт	5	5	5
					10	10	10
Қара бидай нан	20	20	20	Қара бидай нан	20	20	20

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

IV апта 4-күн 24. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Үй кеспе көжесі	200-250	250-300	250-300	бидай ұны су Тұз Пияз Жұмыртқа сары май сорпа Сиыр еті	9 3 1 9 5 4 189 30	13 3 1,5 10 15 5 217 30	бидай ұны су Тұз Пияз Жұмыртқа сары май сорпа Сиыр еті
Қызылша мен ірімшіктен салаты	60-100	100-150	100-150	Ірімшік Қызылша өсімдік майы	10 40 6	15 45 7	15 50 7
Балық котлеті	80-150	100-150	100-150	көксерке балығы бидай наны картоп крахмалы сүт кептірілген нан өсімдік майы	110 6 10 30 5 6	130 10 10 40 5,75 7	140 14 10 45 7 7
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100-150	150-180	150-180	Сәбіз Картоп көк бұршақ қырыққабат сүт сары май бидай ұны сорпа немесе су қант	10 20 10 10 25 1 1 10 5	15 30 12 12 25 1 1 12 5	20 35 13 13 25 1 1 12 5
С витамині қосылған кисель	200	200	200	Қант лимон қышқылы су ұнтақталған С витамині концентраттан алынған кисель	4 1 190 0,07 20	4 1 190 0,07 20	4 1 190 0,07 20
алма	250	250	250	алма	250	250	250
Сузбеше	125	125	125	Сузбеше	125	125	125
Қара бидай нан	20	20	20	Қара бидай нан	20	20	20

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Б.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

IV апта

5-күн 25. 02. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
борщ	200-250	250-300	250-300	Қызылша	30	35	37
				Қырыққабат	23	26	28
				қызанақ пастасы	5	6	7
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				пияз	7	8	9
				тұз	1	1,5	2
				өсімдік майы	3	5	7
				қант	4	7	9
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	40	50	50
Пісірілген:тауық еті	80-150	100-180	100-180	Тауық еті	140	165	200
				пияз	3	3	3
Гарнир:бытырап піскен қарақұмық	100-150	150-180	150-180	қарақұмық жармасы	40	55	61
				сары май	4	5	6
компот	200	200	200	компот	200	200	200
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай нан	20	20	20	Қара бидай нан	20	20	20

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін

мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

I апта 1-күн 28.02.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Үй кеспе көжесі тауық етімен	200-250	250-300	250-300	бидай ұны	12	17	20
				жұмыртқа	5	15	15
				су	3	3	3
				йодталған тұз	1,5	1,5	2
				пияз	10	10	11
				сары май	5	5	6
				тауық еті	165	165	200
Ет тефтелиі	80-150	100-180	100-180	сиыр еті	80	90	90
				бидай наны	5	8	11
				сүт	20	21	22
				пияз	25	31	32
				өсімдік майы	4	6	6
				бидай ұны	3	3	5
Гарнир:бытырап піскен қарақұмық	100-150	150-180	150-180	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	5	6	8
компот	200	200	200	компот	200	200	200
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	4

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева



«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

I апта 2-күн 01.03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Жарма салынған көже	200-250	200-250	200-250	сұлы жармасы	20	23	25
				сәбіз	11	13	14
				пияз	9	10	11
				өсімдік майы	3	5	5
				сиыр еті	20	30	30
				сорпа	200	230	251
Балғын көкөніс пен ірімшік қосылған салат салат	60-100	100-150	100-150	Қырыққабат	4	5	6
				Ірімшік	40	50	60
				сәбіз	63	71	82
					8	10	11
					1	1,5	2
					8	8	8
					5	6	7
Үй қуырдағы (жаркое)	150-200	200-250	200-250	өсімдік майы	4	5	6
				сиыр еті	40	50	60
				картоп	63	71	82
				пияз	8	10	11
				тұз	1	1,5	2
				қызанақ пастасы	8	8	8
				өсімдік майы	5	6	7
Итмұрын жемісінен кисель	200	200	200	кептірілген итмұрын			
				жеміс	5	5	5
				қант	15	17	19
				картоп крахмалы	10	10	10
				лимон қышқылы	1	1	1
				су	218	218	218
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250

Шаруашылық меңгерушісі:

Р. Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

I апта 3-күн 02. 03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Рассольник (тұздықты көже)	200/250	250/300	250/300	Картоп	40	50	60
				Пияз	10	10	11
				Тұздалған қияр	14	16	17
				Өсімдік майы	4	5	5
				Сиыр еті	20	20	30
				Тұз	140	161	175
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	80-150	100-180	100-180	сиыр еті	40	50	60
				сәбіз	8	9	10
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	5	6	7
				қызанақ пастасы	19	21	24
				тұз	1	1,5	2
				бидай ұны	3	3	4
Гарнир:бұқтырылған қырыққабат	80-150	150-180	150-180	Қырыққабат	100	110	130
				өсімдік майы	4	5	5
				сәбіз	4	4	4
				пияз	5	7	7
				қызанақ пастасы	9	12	13
				бидай ұны	1	1	3
Көп дәруменді шырын	165	165	165	Көп дәруменді шырын	165	165	165
Сүзбе	60	70	80	Сүзбе	60	70	80
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Сүт	150	150	150	сүт	150	150	150

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

I апта 4-күн 03. 03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Бұршақ көжесі	200-250	250-300	250-300	Катроп	20	25	30
				Үрме бұршағы	16	18	20
				Сәбіз	8	9	10
				Пияз	8	9	10
				Өсімдік майы	4	5	5
				Сорпа	140	161	175
				Сиыр еті	20	30	30
				Тұз	1	1,5	2
Сәбізден салат	60-100	100-150	100-150	Сәбіз	64	86	108
				Қант	4	5	6
				өсімдік майы	6	8	9
Көксерке балығы тефтелиі	80-150	100-180	100-180	көксерке балығы	110	130	30
				бидай наны	5	6	20
				сүт	20	20	10
				пияз	13	15	10
				тұз	1	1,5	5
				бидай наны	6	7	175
				өсімдік майы	5	6	30
Сәбіз салаты	60/100	100/150	100/150	Сәбіз	90	100	150
				Өсімдік майы	5	10	10
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	150-200	200-250	200-250	Сәбіз	19	25	30
				Картоп	30	30	30
				көк бұршақ	12	13	19
				қырыққабат	10	15	30
				сүт	12	14	14
				сары май	6	6	10
				бидай наны ұны	1	1	3
				сорпа немесе су	10	12	12
				қант	1	1	1
Шәй	200	200	250	Шай	2	2	2
				қант	5	5	5
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____

Г.Дуйсенова



**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

I апта 5-күн 04. 03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г	Тағамның ингредиенттері	Брутто,г
----------------	----------------------	----------------------------	----------

	7-10	11-14	15-18				
Харчо көжесі	200/250	250/300	250/300	Күріш жармасы	15	17	18
				Пияз	19	22	23
				Өсімдік майы	6	7	7
				Ақжелкен	8	9	10
				Қызанақ пастасы	6	7	8
				Тұз	1	1,5	2
				Сиыр еті	20	20	20
				Сорпа	200	230	250
Ет котлеті	80-150	100-180	100-180	сиыр еті (котлетке арналған ет)	65	75	80
				бидай наны	5	6	7
				сүт	19	20	22
				кептірілген нан	10	11,5	15
				өсімдік майы	5	6	6
				сары май	5	6	8
гарнир: бұқтырылған күріш және картоп еzbесі	100-150	150-180	150-180	күріш жармасы	31	55	76
				сары май	5	7	8
				картоп	57	74	83
				сүт	9	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40
Компот	200	200	200	Компот	200	200	200
Ара балы	9	9	9	Ара балы	9	9	9
Сүзбеше	250	250	250	Сүзбеше	250	250	250
				Қант	10	9	10

Шаруашылық меңгерушісі:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г. Дуйсенова

Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі

II апта 05.03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
Борщ	200/250	250/300	250/300	Қызылша	28	33	36
				қырыққабат	20	23	25
				қызанақ			
				пастасы	5	6	7
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				картоп	20	20	20
				пияз	7	8	9
				тұз	1	1,5	2
				өсімдік майы	3	3	3
				қант	2	2	2
				сорпа	120	138	150
				сиыр еті	30	30	30
Турама зразылар	80-100	100-180	100-180	сиыр еті	50	65	70
				бидай наны	9	10	11
				сүт	25	30	35
				пияз	15	35	50
				картоп	10	10	10
				крахмалы	9	10	10
				өсімдік майы	7	8	9
				кептірілген нан	4	5	6
				ақжелкен			
Гарнир арпа жармасы	100-150	150-180	150-180	арпа жармасы	30	40	54
				сары май	4	5	7
				сорпа	73	95	110
Кептірілген жеміс қосындысынан компот	200	200	200	алма мен	5	5	5
				алмұрт	6	7	8
				қант			
Сүзбе	60	70	80	Сүзбе	60	70	80
				қант	5	5	5
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250
Ара балы	9	9	9	Ара балы	9	9	9
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а: Р.Маратов

Аспазшы: С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры



Г.Дуйсенова



**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта

3-күн 09. 03. 2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
кеспе көжесі тауық етімен	200/250	250/300	250/300	бидай ұны	16	18	25
				су	3	3	3
				тұз	1	1,5	2
				жұмыртқа	5	15	15
				Пияз	9	10	11
				Сары май	4	5	5
				Сорпа	189	217	5
				Таық еті	140	165	237
Палау(Сиыр етінен)	150-200	200-250	200-250	сиыр еті	70	70	80
				күріш жармасы	40	57	68
				өсімдік майы	8	10	10
				пияз	9	10	10
				сәбіз	14	15	16
С витамині қосылған кисель	200	200	200	Қант	5	5	5
				лимон қышқылы	1	1	1
				су	190	190	190
				ұнтақталған С витамині концентраттан алынған кисель	0,07	0,07	0,07
					20	20	20
Ара балы	8	8	8	Ара балы	8	8	8
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40
Сүт	150	150	150	Сүт	150	150	150
Алма	250	250	250	Алма	250	250	250

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:

Р.Маратов

Аспазшы:

С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта 4-күн 10. 03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Бұршақ көжесі	200-250	250-300	250-300	үрме бұршақ	10	14	20
				картоп	20	30	47
				сәбіз	8	9	10
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	4	5	5
				сорпа	140	161	175
				сиыр еті	30	30	30
Балғын көкөніс пен ірімшіктен салат	80-150	100-180	100-180	Қырыққабат	41	45	50
				Ірімшік	10	15	15
				Сәбіз	18	20	25
				өсімдік майы	7	8	8
Бұқтырылған көксерке балығы	80-150	100-180	100-180	көксерке балығы	110	130	140
				су немесе сорпа	27	27	27
				сәбіз	23	23	23
				ақжелкен	3	3	3
				пияз	10	10	10
				қызанақ пастасы	10	10	10
				өсімдік майы	5	7	10
				қант	4	5	8
				тұз	1	1,5	2
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100-150	150-180	150-180	Сәбіз	19	15	28
				Картоп	10	13	32
				көк бұршақ	12	20	14
				қырыққабат	19	30	28
				сүт	30	4	30
				сары май	4	7	9
				бидай ұны	4	12	10
				сорпа немесе су	10	5	12
				қант	3	5	6
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40
Компот	200	200	200	Компот	200	200	200
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Р.Маратов
С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры _____ Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта 4-күн 10. 03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Бұршақ көжесі	200-250	250-300	250-300	үрме бұршақ	10	14	20
				картоп	20	30	47
				сәбіз	8	9	10
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	4	5	5
				сорпа	140	161	175
				сиыр еті	30	30	30
Балғын көкөніс пен ірімшіктен салат	80-150	100-180	100-180	Қырыққабат	41	45	50
				Ірімшік	10	15	15
				Сәбіз	18	20	25
				өсімдік майы	7	8	8
Бұқтырылған көксерке балығы	80-150	100-180	100-180	көксерке балығы	110	130	140
				су немесе сорпа	27	27	27
				сәбіз	23	23	23
				ақжелкен	3	3	3
				пияз	10	10	10
				қызанақ пастасы	10	10	10
				өсімдік майы	5	7	10
				қант	4	5	8
				тұз	1	1,5	2
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100-150	150-180	150-180	Сәбіз	19	15	28
				Картоп	10	13	32
				көк бұршақ	12	20	14
				қырыққабат	19	30	28
				сүт	30	4	30
				сары май	4	7	9
				бидай ұны	4	12	10
				сорпа немесе су	10	5	12
				қант	3	5	6
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40
Компот	200	200	200	Компот	200	200	200
Сүзбеше	125	125	125	Сүзбеше	125	125	125

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Р.Маратов
С.Ахметова

С.Ерекешева

«Бекітемін»

Мектеп директоры

Г.Дуйсенова

**Ы.Алтынсарин атындағы жалпы орта білім беретін
мектептің жеке санаттағы оқушылардың ас мәзірі**

II апта 5-күн 11.03.2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10	11-14	15-18				
көкөністер қосылған көже	200- 250	250- 300	250-300	ақ қауданды қырыққабат	20	23	25
				картоп	20	30	35
				сәбіз	11	12	14
				пияз	9	10	11
				көк бұршақ	9	10	11
				консервіленген			8
				өсімдік майы	4	7	
				сорпа	151	174	190
				сиыр еті	25	30	30
Ет биточкілері	80-150	100- 180	100-180	сиыр еті (котлетке арналған ет)	50	70	80
				бидай наны	6	10	14
				сүт	25	25	25
				кептірілген нан	3	3,5	6
				өсімдік майы	4	8	9
				йодталған тұз	1	1,5	2
				сары май	3	4	5
Гарнир:бөктірілген күріш	100- 150	150- 180	150-180	Күріш	35	47	50
				сары май	2	3	4
				сорпа	73	95	110
Ара балы	8	8	8	бал	8	8	8
сүт	150	150	150	сүт	150	150	150
шырын	165	165	165	шырын	165	165	165
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Шаруашылық меңгерушісінің м.а:
Аспазшы:

Р.Маратов
С.Ахметова

С.Ерекешева