



“Бекітемін”
Директордың міндетін атқарушы
Е.Козыкешов

2022 жыл 17 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта I күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Борщ	200/25	230/25	250/25	Қызылша	0,030	0,035	0,038
				Қырыққабат	0,023	0,026	0,028
				Томат пастасы	0,005	0,006	0,007
				Сәбіз	0,008	0,009	0,010
				Ақжелкен	0,002	0,002	0,002
				Жуа	0,007	0,008	0,009
				Тұз	0,001	0,001	0,001
				Өсімдік майы	0,003	0,003	0,003
				Сиыр еті	0,054	0,054	0,054
				Су			
Шай сүтпен	200	200	200	Сүт	0,200	0,200	0,200
				Шай	0,010	0,010	0,010
				Қант	0,010	0,010	0,010
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы

Е.Козыкешов

2022 жыл 18 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта 2-күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Палау сиыр етімен	150/50	150/50	150/50	Сиыр еті	0,107	0,107	0,107
				Жуа	0,009	0,011	0,012
				Сәбіз	0,014	0,017	0,019
				Күріш жармасы	0,051	0,061	0,068
				Өсімдік майы	0,008	0,010	0,011
				Тұз	0,001	0,001	0,001
				Жуа	0,007	0,008	0,009
С витамині мен кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	0,020	0,020	0,020
				Қант	0,010	0,010	0,010
				С витамині	0,00025	0,00025	0,00025
				Су			
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Сәбізбен алмадан салат	60	80	100	Сәбіз	0,048	0,064	0,080
				Алма	0,014	0,018	0,023
				Өсімдік майы	0,005	0,006	0,008

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”
Директордың міндетін атқарушы
Е.Козыкешов



2022 жыл 19 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта 3 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Сары май қосып сүтке піскен тары (пшено) ботқасы	200	250	300	Тары жармасы	0,035	0,040	0,045
				Сүт	0,100	0,120	0,140
				Қант	0,010	0,010	0,010
				Сары май	0,005	0,006	0,008
				Тұз	0,001	0,001	0,001
Какао сүтпен	200	200	200	Какао	0,010	0,010	0,010
				Қант	0,010	0,010	0,010
				Сүт	0,100	0,100	0,100
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Handwritten signature

Т.Жаксылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”
Директордың міндетін атқарушы
Е.Қозыкешов



2022 жыл 20 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта 4 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Вермешель салынған сорпа тауық етінен	200/45	250/45	300/45	Картоп	0,057	0,074	0,086
				Жуа	0,009	0,010	0,011
				Сәбіз	0,011	0,013	0,014
				Өсімдік майы	0,004	0,005	0,005
				Тұз	0,001	0,001	0,001
				Вермишель	0,016	0,018	0,020
				Тауық еті сүйегімен	0,054	0,054	0,054
				Су			
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Алма	200	200	200	Алма	0,020	0,020	0,020
Кисель С витаминімен	200	200	200	Кисель	0,010	0,010	0,010
				С витамині	0,00025	0,00025	0,00025

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы

Е.Козыкешов

2022 жыл 21 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта 5 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Ет котлеті	75/5	85/5	95/5	Сиыр еті	0,075	0,086	0,096
				Бидай наны	0,014	0,016	0,018
				Сүт	0,019	0,022	0,025
				Өсімдік майы	0,005	0,006	0,007
Құрамалы гарнир: Рошки	100	130	150	Сары май	0,005	0,007	0,008
				Картоп	0,057	0,074	0,086
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Шай ара балымен	200	200	200	Шай	0,020	0,020	0,020
				Қант	0,010	0,010	0,010
				Ара балы	0,00025	0,00025	0,00025

Аспазшы
Мектеп медбикесі



Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”
Директордың міндетін атқарушы
Т.Козыкешов



2022 жыл 24 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

II апта 1 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Чечевичный сорпа	200/25	230/25	250/25	Чечевица	0,030	0,035	0,038
				Жуа	0,010	0,020	0,030
				Сәбіз	0,020	0,030	0,035
				Картоп	0,042	0,050	0,057
				Тұз	0,001	0,001	0,001
				Қырыққабат	0,050	0,060	0,070
				Су			
Шай ара балымен	200	200	200	Шай	0,020	0,020	0,020
				Қант	0,010	0,010	0,010
				Ара балы	0,00025	0,00025	0,00025
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Handwritten signature

Т.Жаксылыкова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы

Е.Козыкешов



2022 жыл 25 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

II апта 2 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Сиыр етінен дайындалған котлет подливасымен	60/10	70/10	80/10	Сиыр еті фаршы	0,061	0,073	0,080
				Сәбіз	0,020	0,030	0,040
				Жуа	0,020	0,030	0,040
				Өсімдік майы	0,011	0,014	0,015
				Томат пастасы	0,003	0,005	0,007
				Фортификацияланған ұн	0,004	0,005	0,007
				Тұз	0,001	0,001	0,002
Рожки гарниерімен	130	170	210	Рожки	0,050	0,060	0,070
				Сары май	0,005	0,006	0,008
				Тұз	0,001	0,001	0,002
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Алма қосылған қызылша салаты	50	60	70	Қызылша	0,042	0,050	0,057
				Өсімдік майы	0,005	0,006	0,007
				Алма	0,022	0,025	0,027
				Тұз	0,005	0,006	0,008
С витамині мен кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	0,020	0,020	0,020
				Қант	0,010	0,010	0,010

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”
Директордың міндетін атқарушы
Т. Козыкешов



2022 жыл 26 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

II апта 3 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Сары май қосып сүтке піскен Күріш ботқасы	200	250	300	Күріш	0,035	0,040	0,045
				Сүт	0,100	0,120	0,140
				Қант	0,015	0,020	0,020
				Сары май	0,010	0,010	0,010
				Тұз	0,001	0,001	0,002
Алма	200	200	200	Алма	0,020	0,020	0,020
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Кисель С витамиімен	200	200	200	Кисель	0,010	0,010	0,010
				С витамині	0,00025	0,00025	0,00025

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы
Б.Козыкешов



2022 жыл 27 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

II апта 4 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Көкөніс салынған сиыр сүйегінен сорпа	200	250	300	Қырыққабат	0,042	0,050	0,057
				Картоп	0,042	0,050	0,057
				Сәбіз	0,042	0,050	0,057
				Жуа	0,042	0,050	0,057
				Томат пастасы	0,004	0,005	0,007
				Өсімдік майы	0,005	0,006	0,008
				Сиыр сүйегінің сорпа жиынтығы	0,061	0,073	0,080
				Тұз	0,001	0,001	0,002
				Су			
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
Сәбізбен алмадан салат	60	80	100	Сәбіз	0,048	0,064	0,080
				Алма	0,014	0,018	0,023
				Өсімдік майы	0,005	0,006	0,008
Какао сүтпен	200	200	200	Какао	0,010	0,010	0,010
				Қант	0,010	0,010	0,010
				Сүт	0,100	0,100	0,100

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Handwritten signature

Handwritten signature

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы

Е.Козыкешов



2022 жыл 28 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

II апта 5 күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Гуляш (Құс)	200	250	300	Құс еті	0,110	0,130	0,150
				Жуа	0,020	0,030	0,040
				Томат пастасы	0,003	0,005	0,007
				Өсімдік майы	0,011	0,014	0,015
				Сәбіз	0,020	0,030	0,040
				Тұз	0,001	0,001	0,001
Гарниер: қарақұмық (гречка)				Қарақұмық	0,050	0,060	0,070
				Сары май	0,005	0,006	0,008
				Тұз	0,001	0,001	0,002
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040
С витамині мен кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жеміс	0,020	0,020	0,020
				Қант	0,010	0,010	0,010

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Т.Жаксылыкова
Г.Нуримова

“Бекітемін”

Директордың міндетін атқарушы

Е.Козыкешов



2022 жыл 31 қаңтар күніне арналған
Ас мәзірі

I апта I күн

Тағам атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-17 жас
Борщ	200/25	230/25	250/25	Қызылша	0,030	0,035	0,038
				Қырыққабат	0,023	0,026	0,028
				Томат пастасы	0,005	0,006	0,007
				Сәбіз	0,008	0,009	0,010
				Ақжелкен	0,002	0,002	0,002
				Жуа	0,007	0,008	0,009
				Тұз	0,001	0,001	0,001
				Өсімдік майы	0,003	0,003	0,003
				Сиыр еті	0,054	0,054	0,054
				Су			
Шай сүтпен	200	200	200	Сүт	0,200	0,200	0,200
				Шай	0,010	0,010	0,010
				Қант	0,010	0,010	0,010
Қара немесе ақ бидай наны	20	35	40	Қара немесе ақ бидай наны	0,020	0,035	0,040

Аспазшы
Мектеп медбикесі

Handwritten signature

Т.Жақсылықова
Г.Нуримова