



«БЕКІТЕМІН»

Қазақстан облысы білім
басқармасының басшысы

Е.Сафуллин

2025

жылғы «3» 01

Жалпы білім беретін ұйымдарда 1-4 сынып оқушыларының тағамын ұйымдастыруға арналған
2 апталық ас мәзірі (жаз-күз)

Жалпы білім беретін ұйымдарда 1-4 сынып оқушыларына		2 апталық ас мәзірі (жаз-күз)		6 (7) -10 жас	
		Тағам шығыны		Брутто,г	
I апта 1 күн					
Сүт қосылған күріш ботқасы	күріш	200		35	
	сары май			5	
	қант			7	
	сүт			100	
	йодталған тұз			0,5	
Қара бидай наны	қара бидай наны	20		20	
Сары май	Сары май	10		10	
Сыр	Сыр	10		10	
Алма	Алма	165		165	
Какао	сүт	200		200	
	какао			2	
	қант			7	
2 күн					
Балғын көкөніс пен ірімшік қосылған салат	сәбіз	80		95	
	йодталған тұз			0,5	
	өсімдік майы			5	
Ұйықардағы тауық етімен	тауық еті	150		140	
	картоп			80	
	пияз			30	
	йодталған тұз			0,5	
	өсімдік майы			6	
	сәбіз			20	
	сары май			3	
	кисель		200		20
қант		5			
су		218			
Сүзбеше	сүзбеше	65		65	
Қара бидай наны	қара бидай наны	20		20	
3 күн					
Сүзбе сорпасында дайындалған фрикадельки қосылған бұршақ сорпасы	картоп	200		30	
	бұршақ			37	
	пияз			21	
	өсімдік майы			11	
	сиыр еті			175	
	сорпа			140	
	сәбіз			25	

Handwritten signatures and dates:
Е.Сафуллин 1.8.25
А.С. 1.8.25
А.С. 1.8.25

	күріш жармасы		46
	өсімдік майы		11
	пияз		15
	сәбіз		15
	йодталған тұз		1
	сары май		5
Сүт	сүт	200	200
Банан	банан	170	170
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20
2 күн			
Ақ қауданды қырыққабат салаты	ақ қауданды қырыққабат	80	80
	шөптесін		1
	қант		2
	сәбіз		15
	өсімдік майы		5
	сиыр еті		105
Ет тефтелиі	пияз	80	15
	бидай наны		8
	йодталған тұз		0,5
	жұмыртқа		2
	өсімдік майы		6
	картоп		130
	сары май		6
Гарнир: картоп езбесі	сүт	150	50
	йодталған тұз		0,5
	Айран		200
	қант		5
Сүзбеше	сүзбеше	65	65
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20
3 күн			
Фрикадельки қосылған сүйек сорпасында қайнатылған борщ	қызылша	200	28
	ақ қауданды қырыққабат		34
	сәбіз		10
	зелень		1
	картоп		60
	пияз		25
	йодталған тұз		1
	жұмыртқа		2
	өсімдік майы		11
	сорпа		120
	сиыр еті		95
	Сүзбе		60
	бал		25
сүзбе	алма	165	165
Алма	қант	200	5
Кисель	су		190
	концентраттан алынған кисель		20
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20
4 күн			
	ірімшік		10

Ірімшік қосылған сәбіз салаты	сәбіз	80	70
	өсімдік майы		5
Балғын балықтан жасалған котлет (сазан, шортан, минтай)	балғын балық	80	110
	пияз		15
	өсімдік майы		8
	йодталған тұз		1
	бидай ұны		20
	сүт		55
	бидай наны		10
	картоп крахмалы		10
	кептірілген нан		10
	макарон	150	40
Гарнир: бөктірілген макарон	сары май		9
Компот	кептірілген жеміс	200	5
	қант		10
	лимон қышқылы		1
Сүзбеше	сүзбеше	60	60
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20
5 күн			
Қияр мен қызанақ салаты	қияр	80	55
	өсімдік майы		5
	қызанақ		40
Ет котлеті	сиыр еті	80	105
	құнарландырылған бидай ұны		6
	өсімдік майы		6
	йодталған тұз		1
	пияз		7
	жұмыртқа		1
	жасыл желек		1
	қарақұмық	150	44
Гарнир: қайнатылған қарақұмық бұқтырылған көкөністермен	сары май		5
	сәбіз		15
	пияз		8
	йодталған тұз		1
	шырын	165	165
Шырын	шырын	20	20
Қара бидай наны	қара бидай наны		

ИИ "АСХАТ" диетасол. Есмигуханова З.С.
 ИИ "Ауаныш" диетасол. Есмигуханова З.С.
 "де" "де" ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.
 де ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.
 де ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.
 ТОО "Ауаныш" сав. брас. ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.
 ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.
 ИИ "Ауаныш" Есмигуханова З.С.

	жұмыртқа		2,5
	жасыл		4
	йодталған тұз		0,5
	сары май		2
Сүзбе	сүзбе	60	60
	бал		25
Компот	кептірілген жемістер	200	5
	лимон қышқылы		1
	қант		11
Банан	банан	170	170
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20

4 күн			
Қияр мен қызанақ салаты	қияр	80	70
	өсімдік майы		5
	қызанақ		80
Балғын балықтан жасалған котлет (сазан, шортан, минтай)	балғын балық	80	110
	бидай наны		8
	пияз		25
	йодталған тұз		0,5
	құнарландырылған бидай ұны		10
	картоп крахмалы		10
	өсімдік майы		11
	картоп		70
Гарнир: картоп езбесі	сары май	150	5
	сүт		30
	йодталған тұз		1
Көп дәруменді шырын	көп дәруменді шырын	165	
Сүзбеше	сүзбеше	60	60
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20

5 күн			
Ет котлеті	сиыр еті	80	130
	бидай наны		7
	кептірілген нан		10
	өсімдік майы		17
	йодталған тұз		0,5
	құнарландырылған бидай ұны		10
	сәбіз		25
	жұмыртқа		2,5
	пияз		25
	макарон		70
Гарнир: бөктірілген макарон	йодталған тұз	150	1
Айран	Айран	200	200
	қант		8
Қара бидай наны	қара бидай наны	20	20
II апта 1 күн			
Палау(тауық етінен)	тауық еті	200	140

Handwritten signature

Handwritten signature

Handwritten signature