

# Мәзір ( 4 апта ) 11-18 жас

## Ыстық тамақ

22-26.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сейсенбі</b>						500
1	Етпен үйдегідей қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	100	0,3	3	3,15	38,5	
	<b>Сәрсенбі</b>						500
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						500
1	Балық катлеті пеште дайындалған, сары маймен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Булап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						500
1	Күріш қосылған бұқтырылған котлет тұздықпен	60/50	11,1/0,38	7,4/1,12	6,3/3,03	136/23,67	
2	Қайнатылған макароны	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							500

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог

А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

## Мәзір ( 4 апта ) 11-18 жас

### Бюджет қаражат есебінен тамақтану

22-26.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
	Бидай жармадан сүтті ботқа сары						
1	маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						750
1	Етпен үйдегідей қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	
	Қызылша қосылған қырққабат сорпа						
2	қаймақпен	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
3	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
4	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	100	0,3	3	3,15	38,5	
	<b>Сәрсенбі</b>						750
1	Үй кеспе сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
3	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
4	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						750
1	Бұршақ сорпасы	250	2,1	5,11	16,59	120,75	
	Балық катлеті пеште дайындалған, сары						
2	маймен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Булап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
4	Итмұрын сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						750
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
							750

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог

А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



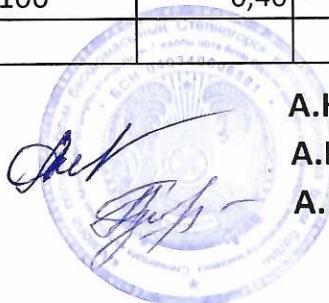
## Мәзір ( 4 апта ) 6-11 жас

### Бюджет қаражат есебінен тамақтану

22-26.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Бидай жармадан сүтті ботқа сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Балғын алма	100	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						645
1	Етпен үйдегідей қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	
3	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	60	0,3	3	3,15	38,5	
	<b>Сәрсенбі</b>						645
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Кесілген көкөністер	60	0,43	1,53	2,6	25,77	
	<b>Бейсенбі</b>						645
1	Балық катлеті пеште дайындалған, сары маймен	60/20	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Булап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
3	Итмұрын сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,2	
5	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Жұма</b>						645
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
							645

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

# Мәзір ( 4 апта ) 11-18 жас

## Ботқа

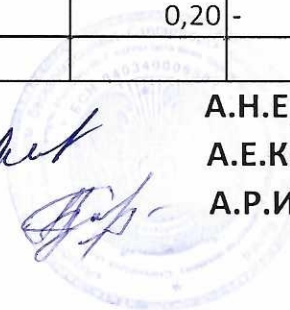
22-26.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Бидай жармадан сүтті ботқа сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Ұнтақ сүтті ботқасы сары маймен	250/10	6,5	7,7	32,7	218,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Картоп қосылған бөліш	60/20	2,1	6,45	12,8	117,5	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Тары сүтті ботқасы сары маймен	250	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Күріш сүтті ботқасы сары маймен	250	6,5	7,7	32,7	218,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Жүгері сүтті ботқасы сары маймен	250/10	4,97	5,1	16,5	131,8	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



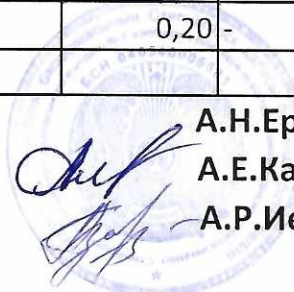
# Мәзір ( 4 апта ) 11-18 жас

## Сорпа

22-26.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Тұздық сорпасы	200	7,5	5,7	27,2	182	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Картоп қосылған бөліш	60/20	2,1	6,45	12,8	117,5	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Үй кеспе сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Бұршақ сорпасы	250	2,1	5,11	16,59	120,75	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Қырққабаттан Ши қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

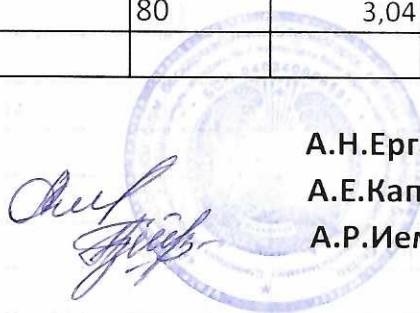
## Мәзір ( 3 апта ) 11-18 жас

### Сорпа

15-19.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Бұршақ сорпасы	250	2,1	5,11	16,59	120,75	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Кеспе	60/50	2,8	3,4	23,5	129	
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250	5,6	7,6	13,5	137	
2	Картоп қосылған бәліш	60/20	2,1	6,45	12,8	117,5	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Жарма қосылған картоп сорпасы	250	5,4	5,6	14,3	122	
2	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Көкөністер сорпасы	250	2,29	11	14,44	166	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



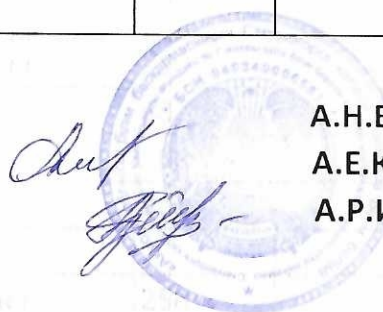
## Мәзір ( 3 апта ) 11-18 жас

### Ботқа

15-19.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Арпа сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Жүгері сүтті ботқасы сары маймен	60/50	4,97	5,1	16,5	131,8	
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Қарақұмық сүтті ботқасы сары маймен	250	6,75	3,45	37,50	198,00	
2	Картоп қосылған бәліш	60/20	2,1	6,45	12,8	117,5	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Күріш сүтті ботқасы сары маймен	250	4,97	5,1	16,5	131,8	
2	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,8	255	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Ұнтақ сүтті ботқасы сары маймен	250	6,5	7,7	32,7	218,5	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

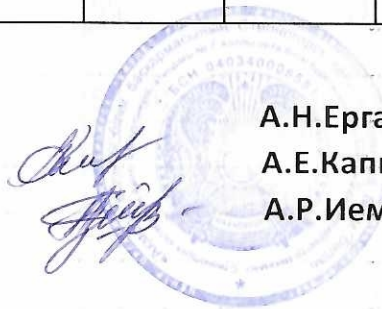
## Мәзір ( 3 апта ) 11-18 жас

### Ыстық тамақ

15-19.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Тауық етімен тұздық	200/10	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
	<b>Сейсенбі</b>						500
1	Еттен жасалған котлет, тұздық томатпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Сәбіз бен алмадан жасалған салат,бал м	100	0,3	3	3,15	38,5	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Сәрсенбі</b>						500
2	Тауық еті қосылған тұздық	60/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
3	Булап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
6	Қызылшаға миіз қосылған салат	60	0,3	3	3,15	38,5	
	<b>Бейсенбі</b>						500
2	Балық биточегі , негізгі қызыл соус	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Картоп еzbесі	200	3,1	6,4	25,3	166	
4	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
5	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						500
1	Көкөністермен пісірілген тауық еті	150/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							500

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



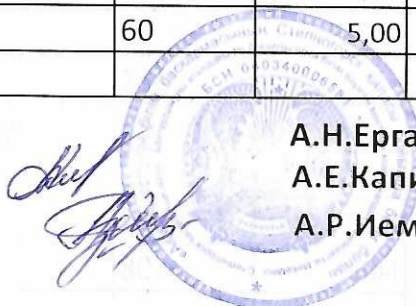
Мәзір ( 3 апта ) 11-18 жас

Бюджет қаражат есебінен тамақтану

15-19.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Арпа сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Жемістер	1шт	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						750
1	Кеспе	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Еттен жасалған котлет, тұздық томатпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Сәбіз бен алмадан жасалған салат, бал м	100	0,3	3	3,15	38,5	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
6	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Сәрсенбі</b>						750
1	Қырққабаттан Шци қаймақпен	250	5,6	7,6	13,5	137	
2	Тауық еті қосылған тұздық	60/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
3	Бұлап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
4	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
	<b>Бейсенбі</b>						750
1	Жарма қосылған сорпа	250	5,4	5,6	14,3	122	
2	Балық биточегі , негізгі қызыл соус	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Картоп езбесі	200	3,1	6,4	25,3	166	
4	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						750
1	Көкөністер сорпасы	250	2,29	11	14,44	166	
2	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
							750

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

## Мәзір ( 3 апта ) 6-11 жас

### Бюджет қаражат есебінен тамақтану

15-19.04.2024 жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Арпа сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						645
1	Еттен жасалған котлет, тұздық томатпен	60/20	11,1/0,3	7,4/1,12	39,2/3,03	136/23,67	
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2		110	
3	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	60	0,3	3	3,15	38,5	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Сәрсенбі</b>						645
1	Тауық еті қосылған тұздық	60/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Булап пісірілген күріш	150	6,5	7,7	32,7	218,5	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Қызылшаға миіз қосылған салат	100					
	<b>Бейсенбі</b>						645
1	Балық биточегі , негізгі қызыл соус	60/20	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Картоп езбесі	150	3,1	6,4	25,3	166	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Жұма</b>						645
1	Көкөністер сорпасы	250	2,29	11	14,44	166	
2	Мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
							645

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



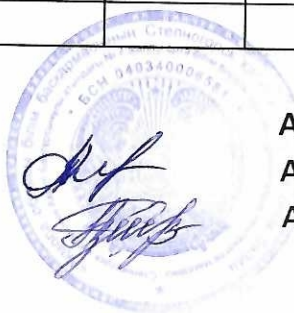
# Мәзір ( 2 апта ) 11-18 жас

## Сорпа

08-12.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Қырққабаттан Ши	250	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшікпен Хачапури	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Үй кеспе сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қаймақпен	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
2	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Клецкий сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Тұздық сорпасы қаймақпен	250/10	7,5	5,7	27,2	182	
2	Қырққабат қосылған бәліш	60/20	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

# Мәзір ( 2 апта ) 11-18 жас

## Ыстық тамақ

08-12.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
<b>Дүйсенбі</b>							
1	Тауық етімен тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	200	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
<b>Сейсенбі</b>							
Пеште дайындалған "Школьная" котлеті тұздықпен							
1	тұздықпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Гарнирге: қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Кесілген балғын көкөністер	100	0,43	1,53	2,6	25,77	
<b>Сәрсенбі</b>							
Палау тауық етімен							
1	Палау тауық етімен	150/50	25,38	21,25	44,61	471,25	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Сәбіз салаты	60	0,3	3	3,15	38,5	
<b>Бейсенбі</b>							
Балық катлеті пеште дайындалған, сары маймен							
1	Балық катлеті пеште дайындалған, сары маймен	50/10	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Бұршақ қосылған көкөніс бұқтырмасы	150	2,29	11	14,44	166	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
<b>Жұма</b>							
Күріш қосылған котлет, тұздықпен							
1	Күріш қосылған котлет, тұздықпен	60/50	11,1/0,38	7,4/1,12	6,3/3,03	136/23,67	
2	Гарнирге: қайнатылған макарон	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
500							

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



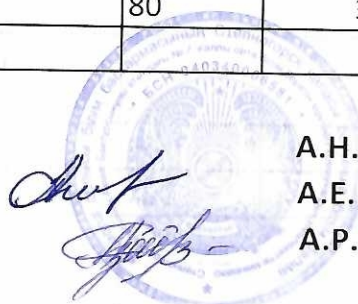
Мәзір ( 2 апта ) 11-18 жас

Ботқа

08-12.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Тары сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшікпен Хачапури	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Ұнтақ сүтті ботқасы сары маймен	250	6,5	7,7	32,7	218,5	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Арпа сүтті ботқасы сары маймен	250/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Бидай жарма сүтті ботқасы сары маймен	250	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Жүгері сүтті ботқасы сары маймен	250/10	4,97	5,1	16,5	131,8	
2	Қырқабат қосылған бәліш	60/20	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

## Мәзір ( 2 апта ) 11-18 жас

### Бюджет қаражат есебінен тамақтану

08-12.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
<b>Дүйсенбі</b>							
1	Тары сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Сүтпен какао	200	2,4	2,1	9,2	64,2	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшікпен Хачапури	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
5	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
							750
<b>Сейсенбі</b>							
1	Үй кеспе сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Пеште дайындалған"Школьная" котлеті тұздықпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Гарнирге: қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
4	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
6	Кесілген балғын көкөністер	100	0,43	1,53	2,6	25,77	
							750
<b>Сәрсенбі</b>							
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қаймақпен	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
2	Палау тауық етімен	150/50	25,38	21,25	44,61	471,25	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							750
<b>Бейсенбі</b>							
1	Клецкий сорпасы	250	2,8	3,4	23,5	129	
2	Балық катлеті пеште дайындалған,сары маймен	50/10	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Бұршақ қосылған көкөніс бұқтырмасы	150	2,29	11	14,44	166	
4	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							750
<b>Жұма</b>							
1	Тұздық сорпасы қаймақпен	250/10	7,5	5,7	27,2	182	
2	Қырққабат қосылған бәліш	60/20	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
							750

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



## Мәзір ( 2 апта ) 6-11 жас

### Бюджет қаражат есебінен тамақтану

08-12.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
<b>Дүйсенбі</b>							
1	Тары сүтті ботқасы сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Сүтпен какао	200	2,4	2,1	9,2	64,2	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшікпен Хачапури	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
5	Жемістер	100	7,4	7,6	39,2	245,5	
							645
<b>Сейсенбі</b>							
1	Пеште дайындалған "Школьная" котлеті тұздықпен	60/20	11,1/0,3	7,4/1,12	39,2/3,03	136/23,67	
2	Гарнирге: қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Кесілген көкөністер	60	0,43	1,53	2,6	25,77	
							645
<b>Сәрсенбі</b>							
1	Палау тауық етімен	150	25,38	21,25	44,61	471,25	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
5	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
							645
<b>Бейсенбі</b>							
1	Балық катлеті пеште дайындалған, маймен, тұздықпен	60/10/10	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Бұршақ қосылған көкөніс бұқтырмасы	150	2,29	11	14,44	166	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
							645
<b>Жұма</b>							
1	Тұздық сорпасы қаймақпен	250/10	7,5	5,7	27,2	182	
2	Қырққабат қосылған бәліш	60/20	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
							645

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

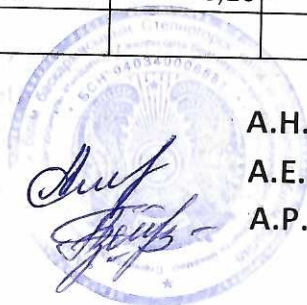
Мәзір ( 1 апта ) 11-18 жас

Ыстық тамақ

01-05.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Тауық етімен тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
	<b>Сейсенбі</b>						
1	Тауық еті қосылған қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	500
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Балғын көкөністер	100	0,43	1,53	2,6	25,77	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						
1	Шницель тұздықпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	500
2	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Бейсенбі</b>						
							500
1	Балық биточегі , негізгі қызыл тұздық	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Картоп езбесі	150	3,1	6,4	25,3	166	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						
	Пеште дайындалған "Школьная" котлеті						500
1	тұздықпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
2	Қайнатылған макарон	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							500

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



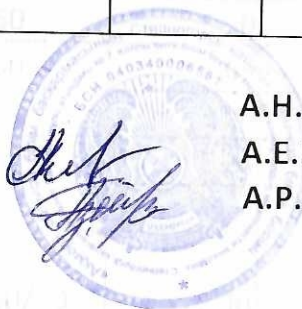
Мәзір ( 1 апта ) 6-11 жас

Бюджет қаражат есебінен тамақтану

01-05.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Күріш сүтті ботқасы сары маймен	200/10	6,50	7,70	32,70	218,50	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	70	8,26	3,07	48,80	255,00	
5	Алма	100	0,40	-	11,30	46,00	
	<b>Сейсенбі</b>						
1	Тауық еті қосылған қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	645
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Кесілген көкөністер	60	0,43	1,53	2,6	25,77	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						
1	Шницель тұздықпен	60/20	11,1/0,3	7,4/1,12	39,2/3,03	136/23,67	645
2	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Бейсенбі</b>						
1	Балық биточегі , негізгі қызыл тұздық	60/20	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	645
2	Картоп езбесі	150	3,10	6,40	25,30	166,00	
3	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сүзбе қосылған тоқаш	60	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Жұма</b>						
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қаймақпен	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	645
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
							645

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

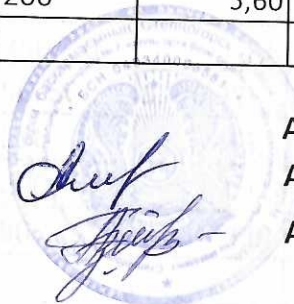
# Мәзір ( 1 апта ) 11-18 жас

## Бюджет қаражат есебінен тамақтану

01-05.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Күріш сүтті ботқасы сары маймен	200/10	6,50	7,70	32,70	218,50	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
5	Алма	100	0,40	-	11,30	46,00	
	<b>Сейсенбі</b>						750
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Тауық еті қосылған қуырдақ	150/50	12,84	17,8	14,44	269,12	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Балғын көкөністер	100	0,43	1,53	2,6	25,77	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						750
1	Бұршақ сорпасы	250	2,1	5,11	16,59	120,75	
2	Шницель тұздықпен	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Бейсенбі</b>						750
1	Тұздық сорпасы қаймақпен	250/10	7,5	5,7	27,2	182	
2	Балық биточегі , негізгі қызыл тұздық	50/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	
3	Картоп езбесі	150	3,1	6,4	25,3	166	
4	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,80	43,50	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						750
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қай	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
							750

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева



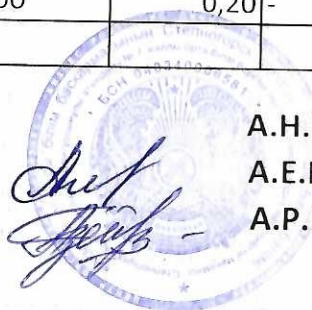
# Мәзір ( 1 апта ) 11-18 жас

## Сорпа

01-05.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Харчо сорпасы	250	2,10	5,11	16,59	120,75	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
3	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
4	Қант қосылған тоқаш	100	5,00	3,70	37,20	193,00	
5	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Бұршақ сорпасы	250	2,1	5,11	16,59	120,75	
2	Қырққабат қосылған тоқаш	50/50	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Тұздық сорпасы қаймақпен	250/10	7,5	5,7	27,2	182	
3	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қай	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
3	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева

# Мәзір ( 1 апта ) 11-18 жас

## Ботқа

01-05.04.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	<b>Дүйсенбі</b>						
1	Күріш сүтті ботқасы сары маймен	200/10	6,50	7,70	32,70	218,50	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
	<b>Сейсенбі</b>						400
1	Бидай жарма сүтті ботқасы сары маймен	250/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Дәрумені бар кептірілген жеміс сусыны	200	0,2	0,2	22,3	110	
3	Қант қосылған тоқаш	100	5,00	3,70	37,20	193,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Сәрсенбі</b>						400
1	Жүгері сүтті ботқасы сары маймен	250	4,97	5,1	16,5	131,8	
2	Қырқабат қосылған тоқаш	50/50	2,25	0,9	15,4	77,8	
3	Дәрумені бар мүк жидектен кисель	200	0,2	-	32,6	132	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Бейсенбі</b>						400
1	Қарақұмық сүтті ботқасы сары маймен	250/10	6,75	3,45	37,50	198,00	
2	Сүзбе қосылған тоқаш	60/15	8,26	3,07	48,80	255,00	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
	<b>Жұма</b>						400
1	Ұнтақ сүтті ботқасы сары маймен	250/10	6,5	7,7	32,7	218,5	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							400

Асхана басшысы  
Мектеп басшысы  
Диетолог



А.Н.Ергалиев  
А.Е.Капизина  
А.Р.Иембердиева