

Бекітемін _____
«М.Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББОМ директоры
Кудайбергенов Д.Н.
«02» қыркүйек 2024 ж

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

1 апта 1 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Дүйсенбі	Тары жармасынан жасалған ботқа	150	180	200	Тары жармасы	40	47	49
					Сүт	80	100	115
					Қант	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
					Сары май	22	22,7	25
	Ірімшікпен жасалған бутерброд	20/10	35/15	40/20	Бидай наны	20	35	40
					Ірімшік	12	17	22
	Жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
	Тәтті шайы	200	201	202	Қара шай	2	2	2
					қант	20	20	20

Сағат 11-ге дейін

Сағат- 11:00 ден кейін

1 апта 1 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Дүйсенбі	Ет тефтелі соусымен	55/50	65/50	75/50	Сиыр еті	105	115	125
					Пияз	20	25	31
					Өсімдік майы	4	5	6
					Күріш	5	9	11
					Жұмыртқа	3	4	5
					Ұн	5	6	8
					Қызанақ пастасы	6	6	6
					сәбіз	20	22	25
	Макороны	100	130	150	Макороны	33	43	55
					Сары май	2	3	5
					Йодталған тұз	1	1	1
	Тәтті шай	200	200	200	Қара шай	2	2	2
					Қант	20	20	20
	Жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Жауапты бас аспаз:

Кенжебаева И.Ө

Бекітемін 
 «М.Ғабдуллин атындағы
 №70 ЖББОМ директоры
 Кудайбергенов Д.Н.
 «03» қыркүйек 2024 ж

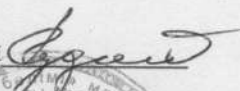
**Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
 ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі**

1 апта 2 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сейсенбі	Палау құс етінен	150	180	200	Құс еті	117	138	160
					Пияз	15	17	19
					Өсімдік майы	8	10	11
					Күріш	50	60	68
					Сәбіз	18	20	24
	Ақ кауданды қырыққабаттан салат	50	60	70	Ақ кауданды қырыққабат	50	60	70
					Шөптесін петрушка	6	8	10
					Сәбіз	20	25	35
					Өсімдік майы	3	4	5
	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Кептірілген жеміс	20	20	20
					Қант	20	20	20
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Жауапты бас аспаз:

И.Ө Кенжебаева



Бекітемін 

«М.Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББОМ директоры
Кудайбергенов Д.Н.
«04» қыркүйек 2024 ж

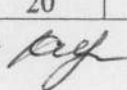
**Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі**

1 апта 3 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәрсенбі	Жүгері жармасынан жасалған ботқа	150	180	200	жүгері жармасы	40	47	49,4
					Сүт	80	100	115
					Қант	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
					Сары май	22	23	25
	Сүзбеше қосылған тоқаш	50	50	50	Бидай ұны(ж/с)	22	22	22
					Сүзбеше	11,5	11,5	11,5
					Жұмыртқа	0,19	0,42	0,03
					Йодталған тұз	0,01	0,01	0,01
					Қант	10	10	10
					Сүт	11	11	11
					Өсімдік майы	2	2	2
					ашытқы	1	1	1
	жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
	Сүт	200	200	200	Қант	20	20	20
	Ара балы	10	10	10	Ара балы	10	10	10

Сағ:11-ден кейін

	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Ет котлеті соусымен	50/50	60/50	70/50	Сиыр еті	105	115	125
					Пияз	20	23	27
					Өсімдік майы	5	6	7
					нан	14	16	18
					Сәбіз	25	25	25
					Жұмыртқа	4	5	6
					Ұн	5	6	8
					Қызанақ пастасы	6	6	6
	Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	Қарақұмық жармасы	48	62	71
					Сары май	4	5	6
					Йодталған тұз	1	1	1
	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Кептірілген жеміс	20	20	20
					Қант	20	20	20
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Жауапты бас аспаз:

И.Ө Кенжебаева 

Бекітемін 
 «М.Ғабдуллин атындағы
 №70 ЖББОМ директоры
 Құдайбергенов
 «05» қыркүйек 2024 ж

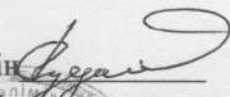
Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
 ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

1 апта 4 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	печенье	30	45	60	Печенье	30	45	60
Бейсенбі	Бұқтырылған Құс еті көкөністермен	60/50	70/50	80/50	Құс еті	140	150	170
					Пияз	15	18	21
					Өсімдік майы	6	7	8
					Шөптесін(петрушка)	8	9	10
					Йодталған тұз	1	1	1
	Гарнир қырыққабат бұқтырмасы	100	130	150	Сәбіз	15	18	20
					Қырыққабат	143	186	215
					Пияз	5	7	8
					Сәбіз	3	4	5
					Бидай ұны	1	1	1
					Қант	3	4	5
					Өсімдік майы	4	5	6
					Қызанақ пастасы	9	12	14
	Кисель	200	200	200	Кисель	24	24	24
					Қант	10	10	10
					Лимон қышқылы	0,1	0,1	0,1
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Жауапты бас аспаз:

И.Ө. Кенжебаева



Бекітемін 
«М.Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББОМ директоры
Кудайбергенов Д.Н
«06» қыркүйек 2024 ж

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық
оқушыларының тегін ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

1 апта 5 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы,г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жұма	Картоп сиыр етімен	150	180	200	Сиыр еті	90	107	118
					Пияз	15	18	20
					Өсімдік майы	6	7	8
					Қызанақ пастасы	7	8	9
					Картоп	150	180	200
	Салат «Витаминка»	50	60	70	Ақ қауданды қырыққабат	26	31	36
					Аскөк Шөптесін	5	6	7
					Сәбіз	6	7	8
					Йодталған тұз	0,7	0,8	1
					қант	4	6	8
					Өсімдік майы	3	4	5
					қияр	1,1	1,3	1,5
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40
	Лимон сусыны	200	200	200	лимон	18	18	18
					Қант	20	20	20

Жауапты бас аспаз:

И.Ө. Кенжебаева

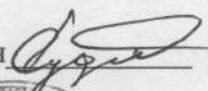


Бекітемін: 
«М.Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББМ директоры
Кудайбергенов Д.Н.
«9» қыркүйек 2024 ж.

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

2 апта 1 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Дүйсенбі	«Достық» ботқасы	150	180	200	күріш	20	23	25
					тары	20	23	25
					Сүт	80	100	115
					Қант	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
					Сары май	22	22,7	25
	Нан ірімшік маймен	20/10	35/15	40/20	Бидай наны	20	35	40
					ірімшік	12	17	22
	Тәтті шай	200	200	200	карашай	2	2	2
					Қант	20	20	20
	Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Сағат 11.00 ден кейін								
2 апта 1 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Дүйсенбі	Палау сиыр етімен	150	180	200	Сиыр еті	90	107	118
					Пияз	15	16	17
					Өсімдік майы	8	10	11
					Күріш	51	61	68
					Сәбіз	14	17	19
					Йодталған тұз	0,4	0,4	0,4
	Салат «Витаминка»	50	60	70	Ақ қауданды қырыққабат	26	31	36
					Шөптесін қияр	5	6	7
					қияр	1,1	1,3	1,5
					Йодталған тұз	0,7	0,8	1
					қант	4	6	8
					Сәбіз	6	7	8
					Өсімдік майы	3	4	5
	нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40
	Тәтті шай	200	200	200	Қара шай	2	2	2
					Қант	20	20	20

Жауапты бас аспаз:  И.Ө. Кенжебаева

Бекітемін 

«М.Ғабдуллин атындағы
№10 ЖББӨМ» директоры
Құдайбергенов Д.Н.
«10» қыркүйек 2024 ж

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

2 апта 2 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сейсенбі	Көкөніс бұқтырмасы	150	180	200	күс еті	117	138	160
					Картоп	54	64	72
					Өсімдік майы	7,5	9	10
					Кабачки	27	32	36
					Сәбіз	25	30	33
					Иодталған тұз	0,5	0,6	0,7
					пияз	12	14	16
					Ақ қауданды қырыққабат	42	48	52
	Токаш «Школьная»	50	50	50	Бидай ұны	22	22	22
					Өсімдік майы	2	2	2
					Жұмыртқа	0,19	0,19	0,19
					Ашытқы	1	1	1
					кант	10	15	20
					сүт	11	11	11
					Йодталған тұз	0,01	0,01	0,01
	Нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40
	Кисель	200	200	200	Кисель	24	24	24
					Қант	10	10	10
					Лимон қышқылы	0,1	0,1	0,1

Жауапты бас аспаз:  И.Ө. Кенжебаева

Бекітемін

«М.Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББСМ директоры
Қудайбергенов Д.Н.
«11» қыркүйек 2024 ж

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

2 апта 3 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәрсенбі	Жүгері жармасынан жасалған ботқа	150	180	200	Жүгері жармасы	40	47	49,4
					Сүт	80	100	115
					Қант	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
					Сары май	22	23	25
	печенье	30	45	60	печенье	30	45	60
	Жемістер	150	150	150	жеміс	150	150	150
	Ара балы	10	10	10	Ара балы	10	10	10
	Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200

2 апта 3 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәрсенбі	Ет биточкілері	50/50	60/50	70/50	Сиыр еті	105	115	125
					Пияз	20	23	27
					Өсімдік майы	5	6	7
					Бидай наны	14	16	18
					Кептірілген нан	8	9	10
					Сәбіз	25	25	25
					Қызанақ пастасы	5	7	10
					Жұмыртқа меланж	4	5	6
	Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	Қарақұмық жармасы	48	62	71
	Нан				Сары май	5	7	10
	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Бидай наны	20	35	40
	жемістер	150	150	150	Кептірілген жеміс	20	20	20
					Қант	20	20	20
					жемістер	150	150	150

Жауапты бас аспаз:  И.Ө. Кенжебаева

Бекітемін: 
«М. Ғабдуллин атындағы
№70 ЖББМ директоры
Кудайбергенов Д.Н.
«12» қыркүйек 2024 ж.

Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі

2 апта 4 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11- 14 жас	15- 18 жас
Бейсенбі	Балық котлеті	50/50	70/50	80/50	Балық	123	143	163
					Пияз	20	23	27
					Бидай наны	7	9	11
					Сүт	13	18	20
					Ұн	7	9	11
					Қызанақ пастасы	6	6	6
					пияз	2	2	2
					Йодталған тұз	1	1	1
					Өсімдік майы	7	9	11
					сәбіз	21	23	25
	Сәбіз бен алма салаты	50	60	70		48	64	80
					сәбіз			
					алма	2	3	4
					қант	8	11	13
	Картоп езбесі	100	130	150	Өсімдік майы	5	6	8
					Картоп	126	150	174
					сүт	17	22	26
	Нан	20	35	40	Сары май	7	9	10
					Бидай наны	20	35	40
	Лимон сусыны	200	200	200	Лимон	18	18	18
					Қант	20	20	20

Жауапты бас аспаз:  И.Ө. Кенжебаева

Бекітемін

«М.Ғаспұллин атындағы
№70 ЖББОМ директоры
Кулайбергенов Д.И.
«13» қыркүйек 2024 ж

**Жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін
ыстық тамағының күнделікті ас мәзірі**

2 апта 5 күн	Тағамның атауы	Тағамның шығымы.			Тағамның құрамы	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жұма	Бұқтырылған ет	80	90	100	сәбіз	25	25	25
					Сиыр еті	103	113	133
					Өсімдік майы	3	5	7
					ұн	5	6	8
					Пияз	20	23	27
	Макароны	100	130	150	макарон	33	43	55
					Сары май	2	3	5
					Иодталған тұз	1	1	1
					Бидай наны	20	35	40
	Нан	20	35	40	Кептірілген жеміс	20	20	20
	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Қант	20	20	20

Жауапты бас аспаз:  И.Ө. Кенжебаева