

Ас мәзірі 07.11.2022



Б. Сабырғалиева
Уахитова
2022 жыл

Тағам атауы	Тағамның шыңымы, г		Ингредиенттердің атауы		Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас			6-10 жас	11-18 жас	6-10 жас	11-18 жас
Сүтке піскен тары ботқасы	200	230	Тары		0,035	0,038	119,7	129,96
			сүт		0,15	0,15	90	90
			сары май		0,006	0,007	39,66	46,27
			кант		0,009	0,01	35,91	39,9
			тұз		0,02	0,02	0	0
Бөлке нан	60	70	ұн		0,064	0,064	118,3	135,2
			кант		0,018	0,018	35,91	39,9
			дрожжи		0,004	0,004	1,6	1,6
			тұз		0,2	0,2	0	0
			сары май		0,01	0,01	39,66	46,27
Сүт	200	200	сүт		0,2	0,2	120	120
Бидай наны	35	35	бидай наны		0,035	0,04	82,25	82,5
Калориясы							683	731,6

Аспазшы

Б. Сабырғалиева



АХИТОВА
022 жыл

Ас мәзірі 08.11.2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас	7-10 жас	11-14 жас
Бұқтырылған тауық	60	80	тауық	0,09	0,1	148,5	165
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7
			өсімдік майы	0,006	0,007	53,94	62,93
			макарон	0,035	0,04	118,3	135,2
			тұз	0,02	0,02	0	0
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2
Макарон подливпен	140	150	Томат пастасы	0,01	0,01	10,2	10,2
Кепкен жемістен компот	200	200	кепкен жеміс	0,024	0,024	60,72	60,72
			кант	0,009	0,01	35,91	39,9
Дәруменді салат	60	80	сәбіз	0,07	0,09	28,7	36,9
			Алма	0,02	0,03	10,4	15,6
			зәйтүн майы	0,005	0,005	44,9	44,9
Бидай наны	35	35	бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,5
Калориясы						605,2	669,05

Аспазшы

Б.Сабо

Б.Сабырғалиева



Уахитова
022 жыл

Ас мәзірі 09.11.2022

Тағам атауы	Тағамның шыңымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас	6-10 жас	11-18 жас
Рассольник	230	250	Сыр сүйегінің сорпасы	0,09	0,1	148,5	165
			картон	0,025	0,035	19,25	26,95
			арпа	0,04	0,004	5,6	5,6
			сабіз	0,003	0,003	5,25	7
			пияз	0,003	0,003	6,15	8,2
			Томат пастасы	0,002	0,002	10,2	10,2
			тұз	0,02	0,02	0	0
			тұздалған қияр	0,025	0,025	39,66	46,27
			өсімдік майы	0,006	0,007	53,94	62,93
			кызылша	0,03	0,04	18,9	18,9
Винегрет салаты	80	100	картон	0,03	0,03	15,4	15,4
			жасыл бұршақ	0,005	0,01	1,95	2,6
			қырыққабат	0,03	0,04	14	14
			зайтун майы	0,005	0,01	44,9	44,9
			сабіз	0,03	0,03	3,5	3,5
			шй	0,002	0,002	0,048	0,048
Тәтті шай	200	200	кант	0,009	0,01	35,91	39,9
Бидай наны	35	40	Бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,25
Калориясы						505,4	553,65

Аспазшы

Басаба

Б.Сабырғалиева



Қорғаныс министрінің орынбасарының уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Ас мәзірі 70-11-2022

Тағам атауы	Тағамның шығарымы, г		Интереденттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас		
Тауық қолдесті гарнир макарон	230	250	макарон	0,035	0,04	118,3	135,2
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7
			өсімдік майы	0,006	0,007	53,94	62,93
			Тауық фаршы	0,09	0,1	187	280,5
			тұз	0,02	0,02	0	0
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2
			қырыққабат	0,002	0,002	5,6	5,6
			жұмыртқа	1	1	23,55	31,4
			Томат пастасы	0,01	0,01	10,2	10,2
			жасыл	0,005	0,005	1,8	1,8
Кисель	200	200	кисель концентраты	0,024	0,024	34,7	34,7
Бидай наны	35	35	кәйт	0,01	0,01	0,038	0,038
			бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,25
Калориясы						528,8	659,82

Аспазшы

Б.Сабыралиева

Б.Сабыралиева

Ас мәзірі 11.11.2022



Қазақстанның уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас	6-10 жас	11-18 жас
Бұршақ сорпасы	230	250	сыыр сүйек сорпасы	0,09	0,1	168,3	187
			бұршақ	0,035	0,04	40,6	46,4
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2
			картоп	0,025	0,035	19,25	26,95
			Томат пастасы	0,01	0,01	10,2	10,2
			тұз	0,02	0,02	0	0
			өсімдік майы	0,06	0,07	53,94	62,93
			картоп	0,02	0,02	15,4	15,4
			сәбіз	0,02	0,02	7	7
Дәруменді салат	80	90	тұздалған қияр	0,15	0,2	1,95	2,6
			зайтүн майы	0,005	0,005	44,9	44,9
			жасыл	0,005	0,005	1,8	1,8
			кепкен жеміс	0,024	0,024	60,72	60,72
Кепкен жемістен компот	200	200	кант	0,009	0,01	35,91	39,9
Бидай наны	35	35	Бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,25

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Б.Сабырғалиева



Қазақстан Республикасының
Аgriculture and Forestry Ministry
М. А. ЯСАУТОВА
2022 жыл

Ас мөлш. № 44. 2022

Тағам атауы	Тағамның мөлділігі, т		Ішкі ресурстардың атауы	Барлығы, т		Қағармалық (сегон)	
	6-10 жас	11- 18 жас		6-10 жас	11-18 жас	6-10 жас	11-18 жас
Сүтке піскен қырм боғарма	230	250	қырм	0,035	0,038	116,6	126,54
			сүт	0,15	0,15	90	90
			сүрме май	0,006	0,007	39,66	46,27
			кайт	0,009	0,01	35,91	39,9
Сүт	200	200	сүт	0,02	0,02	0	0
			сүт	0,2	0,2	120	120
			Бүлдік мамы	0,035	0,04	82,25	94
Бүлдік мамы	35	40	Бүлдік мамы			70,5	70,5
Жемістер	150	150	жасме	0,15	0,15	554,9	587,21
Қағармалық							

Асшаршы

Handwritten signature

Б. Сабағарманов



Н. Уахитова
2022 жыл

Ас мәзірі 15.11.2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас		
Тауық котлеті	80	100	Тауық фаршы	0,08	0,1	149,6	187
			Жұмыртқа	1	1	23,55	31,4
			Сүт	0,015	0,02	9	12
			кепкен нан	0,01	0,015	33,9	50,85
			пияз	0,01	0,015	4,1	6,15
			сәбіз	0,01	0,015	3,5	5,25
			өсімдік майы	0,005	0,006	44,95	53,94
			тұз	0,02	0,02	0	0
Гарнир: қарақұмық	120	130	қарақұмық	0,048	0,052	147,8	160,16
			сары май	0,005	0,006	33,05	39,66
			қырыққабат	0,04	0,05	11,2	14
			сәбіз	0,015	0,015	44,9	44,9
Қырыққабат салаты	80	90	зәйтүн майы	0,005	0,005	44,9	44,9
			жасыл	0,005	0,005	2,45	2,45
			кисель концентраты	0,024	0,024	34,7	34,7
Кисель	200	200	қант	0,01	0,01	0,038	0,038
			бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,25
Бидай наны	35	35				669,9	769,65
Калориясы							

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Б.Сабырғалиева



Б. Сабырғалиева
У. Ухитова
2022 жылы

Ас мәзірі 16.11.2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)		
	6-10 жас	11-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	7-10 жас	11-14 жас	
Сүйекке піскен лапша сорпасы	230	250	Макарон(лапша)	0,035	0,04	118,3	135,2	
			тұз	0,02	0,02	0	0	
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2	
			өсімдік майы	0,006	0,007	39,66	46,27	
			сыыр сүйек жинағы	0,09	0,1	168,3	187	
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7	
			картоп	0,025	0,035	19,25	26,95	
			картоп	0,009	0,01	9,18	10,2	
			Томат пастасы	0,009	0,01	9,18	18,9	
			кызылша	0,03	0,04	18,9	18,9	
Винегрет салаты	80	100	картоп	0,03	0,03	15,4	15,4	
			картоп	0,005	0,01	1,95	2,6	
			жасыл бұшақ	0,005	0,01	1,95	2,6	
			кырыққабат	0,03	0,04	14	14	
			зәйтүн майы	0,005	0,01	44,9	44,9	
			сәбіз	0,005	0,03	3,5	3,5	
Тәтті шәй	200	200	сәбіз	0,03	0,03	3,5	3,5	
			шәй	0,002	0,002	0,048	0,048	
			қант	0,009	0,01	35,91	39,9	
Бідай наны	35	40	бідай наны	0,035	0,04	82,25	94	
Калориясы					Б.Сабырғалиева		582,9	654,07
			Бсаб57					
			Аспазшы					

Аспазшы

Б.Сабырғалиева



Торынның уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Ас мәзірі 17. 11. 2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас	6-10 жас	11-18 жас
Палау	230	250	күріш	0,035	0,038	116,6	126,54
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7
			өсімдік майы	0,006	0,007	53,94	62,93
			сиыр еті	0,09	0,1	168,3	187
			тұз	0,01	0,001	0	0
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2
Кепкен жемістен компот	200	200	кепкен жеміс	0,024	0,024	60,72	60,72
			кант	0,009	0,01	35,91	39,9
Қырыққабаттан салат	60	80	қырыққабат	0,05	0,05	11,2	14
			зәйтүн майы	0,005	0,005	44,9	44,9
			сәбіз	0,015	0,015	44,9	44,9
			жасыл	0,005	0,005	2,45	2,45
Билдай наны	35	40	билдай наны	0,035	0,04	82,25	94
Калориясы						632,5	692,54

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Б.Сабырғалиева



Баланың дамуы мен білім беру бағдарламасын
 Н. Уахитова
 2022 жыл

Ас мәзірі 18.11.2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г		Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		Калориясы (ккал)	
	6-10 жас	11-18 жас		6-10 жас	11-18 жас		
Сүйекке піскен көкөніс сорпасы (Борщ)	230	250	қырылқабат	0,05	0,05	14	14
			сүйек сорпа жинағы	0,09	0,1	168,3	187
			қызылша	0,045	0,045	18,9	18,9
			сәбіз	0,015	0,02	5,25	7
			пияз	0,015	0,02	6,15	8,2
			картоп	0,025	0,035	19,25	26,95
			Томат пастасы	0,01	0,01	10,2	10,2
			өсімдік майы	0,006	0,007	53,94	62,93
			тұз	0,02	0,02	0	0
			қызылша	0,08	0,1	25,8	34,4
			изюм	0,01	0,015	29,9	44
			Соленные огурцы	0,015	0,02	1,95	2,6
Қызылша салаты	60	80	зәйтүн майы	0,005	0,01	44,9	44,9
			кисель концентраты	0,024	0,024	34,7	34,7
			кант	0,01	0,01	0,038	0,038
Кисель	200	200	бидай наны	0,035	0,04	82,25	82,25
Бидай наны	35	35				515,5	578,07
Калориясы							

Аспазшы

Писар

Б.Сабыргалиева



Мін
директорының уақытша М.а
Н. Уахитова
11
2022 жыл

Ас мәзірі 21. 11. 2022

Тағам атауы	Тағамның шығымы, г			Ингредиенттердің атауы	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған ет	60	80	90	Бұқтырылған ет	102	134	151
				Сәбіз	6	8	9
				Пияз	6	8	9
				Өсімдік майы	6	8	9
				Томат пастасы	14	19	21
				Ұн	5	6	7
Макарон	100	130	140	Макарон	36	47	54
				Сары май	12	16	18
				Шай	5	5	5
				Кант	15	15	15
Тәтті шөй	200	200	200	су	150	15	150
				бидай наны	20	35	40
Бидай наны	35	35	40				
Қалориясы							

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Б.Сабырғалиева



Ас мәзірі 22. 11. 2022

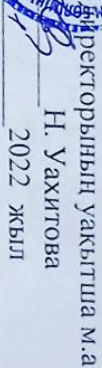
Директорының уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Еттен тефтели (сыйыр еті)	Сыйыр еті (жұмсақ еті)	60	69	88
	Пияз	23	27	30
	Өсімдік майы	4	5	5
	күріш	7	8	9
	Бидай ұны	5	5	6
Тұздық	каймақ	12	12	12
	Томат пастасы	5	5	5
	Бидай ұны	5	5	5
	сары май	4	5	6
	қарақұмық арпасы	48	62	71
Гарнир: қарақұмық	сары май	4	5	6
	Кисель концентралған	24	24	24
Кисель	кант	10	10	10
	су	190	190	190
Бидай наны	нан	20	35	40
Калориялығы, ккал		361	398	507

Аспазшы

Басаф

Б.Сабырғалиева



2022 жылы

Астразшы

Б. Сабьратиева



Ахмет Елшінов ауданы №1 мектебі
 Н. Уахитова
 2022 жыл

Ас мәзірі 24.11.2022

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлеті	Тауық фаршы	100	149	149
	Бидай ұны	1,5	1,5	1,5
	Өсімдік майы	1	1	1
	пияз	4	5	5
	аскөк	5	7	7
	Ақ тұздық негізінде	25	25	25
	Сорпа	28	28	28
	Сары май	1,5	1,5	1,5
	Сары май	37	48	55
	күріш	4	5	6
Гарнир: пісірілген күріш	сары май	73	95	110
	сорпа	5	5	5
	шай	15	15	15
	кант	150	150	150
Кант қосылған шай	су	20	35	40
	нан			
Бидай наны	нан	470	571	599
Калориялығь, ккал				

Аспазшы

Баса

Б. Сабырғалиева



М.А. Уақытша
Н. Уахитова
2022 жыл

Ас мәзірі 25.11.2022

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу (сизір еті)	Сизір еті (жұмсақ еті)	107	107	107
	Сабіз	24	24	24
	Пияз	6	8	9
	Өсімдік майы	8	8	8
	Картоп	120	120	120
	Бидай ұны	3	3	3
Кептірілген жемістен компот	Кептірілген жеміс	20	20	20
	Қант	20	35	40
	Нан	328	335	346
Бидай наны				
Калориялылығы, ккал				

Б.Сабырғалиева

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Ас мәзірі 28.11.2022



Н. Уахитова
2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық филесі қаймақ тұзылымен	тауық филесі	90	110	135
	Қаймақ	24	32	36
	Пияз	35	46	52
	Бұздай ұны	5	6	11
	сары май	15	19	22
Тартыр: қараусымық	қараусымық арпасы	48	62	71
	сары май	15	19	22
	Шай	5	5	5
	Қант	15	15	15
Қанттанған шай	Су	150	150	150
	алма	150	150	150
	алма	25	35	40
Алма	нан	25	35	40
Бұздай наны				
Қауырмалығы, ккал		397	649	709

Аспазшы

Басар

Б. Сабырғалиева

Ас мәзірі 29.11.2022



Директорының уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті	Сиыр еті (жұмсақ еті)	102	134	151
	Сәбіз	6	8	9
	Пияз	6	8	9
	Өсімдік майы	14	19	21
	Томат пастасы	5	6	7
	Бидай ұны	36	47	54
Гарнир:макарон	Макарон	12	16	18
	Сары май	20	20	20
	Кептірілген жеміс	20	20	20
Кептірілген жемістен компот	Қант	20	35	40
Бидай наны	Нан	247	306	338
Калориялылығы, ккал				

Аспазшы

Б.Сабырғалиева

Б.Сабырғалиева



Мектеп директорының уақытша м.а
Н. Уахитова
2022 жыл

Ас мәзірі 30.11.2022

Тағамның атауы	Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған сиыр еті	Сиыр еті (жұмсақ еті)	102	134	151
	Сәбіз	6	8	9
	Пияз	6	8	9
	Өсімдік майы	6	8	9
	Томат пастасы	14	19	21
	Бидай ұны	5	6	7
Тарнир:көкөніс бұқтырмасы	Аққауданды қырыққабақ	35	43	49
	Сары май	12	16	18
	Өсімдік майы	5	6	7
	Сәбіз	28	36	42
	Томат пастасы	5	6	7
	картоп	52	68	78
Қант қосылған шай	шай	5	5	5
	қант	15	15	15
	су	150	150	150
Бидай наны	Нан	20	35	40
Калориялығьы, ккал		461	522	617

Аспазшы

Басар

Б.Сабырғалиева