



Ас мәзірі 09.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	50	60	70	Балық фаршы	90	100	105
				пияз	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
Тұздықпен	15	15	15	өсімдік майы	11	12	13
				сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
Гарнир: күріш	100	130	150	қызанақ пастасы	5	5	5
				күріш	50	60	68
				сары май	4	5	6
Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	кептірілген жемістер	20	20	20
				қант	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжегалиева
«09» ақпан 2025 жыл

Ас мәзірі 10.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ сорпасы	200	220	250	сиыр еті	100	110	120
				картоп	50	55	60
				пияз	10	15	20
				өсімдік майы	10	11	12
				сәбіз	15	15	15
				бұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
Тәтті бәліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				сары май	10	10	10
				тауық жұмыртқасы	25	25	25
Қант пен лимон қосылған шай	200	200	200	жарма	10	12	15
				шай	24	24	24
				қант	10	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Kenf

Ж.Казиханова



Г.Кенжеғалиева

2025 жыл

Ас мәзірі 13.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы тауық еті	60/20	80/20	90/20	тауық филесі	90	110	135
				томат пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
Гарнир: ұсақталған қарақұмық	100	130	150	сары май	15	19	22
				қарақұмық	51	60	70
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	сары май	4	5	6
				шай.	5	5	5
				қант	15	15	15
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Казық

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 14.07.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз салаты	50	60	70	сәбіз	70	80	90
				қант	4	5	6
Ет котлеттері	60	70	80	өсімдік майы	2	2	3
				сиыр еті	70	80	90
				бидай ұны	13	15	17
				сүт	17	20	23
				сухари	7	8	9
				өсімдік майы	5	6	7
Тұздықпен	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: қайнатылған Макарон	100	130	150	макарон	36	47	54
				сары май	12	16	18
Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	кептірілген жемістер	6	6	6
				қант	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжеғалиева
«15» сәуірі 2025 жыл

Ас мәзірі 15.04.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қуырылған сиыр еті (жаркое)	200	220	250	сиыр еті	100	103	105
				картоп	135	145	150
				өсімдік майы	7	7	7
				сәбіз	25	27	30
				пияз	12	12	12
Кисель	200	200	200	қызанақ пастасы	8	8	8
				кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				су	190	190	190
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Бекітемін
Мектеп директоры
Г.Кенжеғалиева
2025 жыл

Ас мәзірі 16.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	50	60	70	Балық фаршы	90	100	105
				пияз	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
Тұздықпен	15	15	15	өсімдік майы	11	12	13
				сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
Гарнир: күріш	100	130	150	қызанақ пастасы	5	5	5
				күріш	50	60	68
Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	сары май	4	5	6
				кептірілген жемістер	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	қант	20	20	20
				қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 17.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ сорпасы	200	220	250	сиыр еті	100	110	120
				картоп	50	55	60
				пияз	10	15	20
				өсімдік майы	10	11	12
				сәбіз	15	15	15
				бұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
Тәтті бөліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				сары май	10	10	10
				тауық жұмыртқасы	25	25	25
				жарма	10	12	15
				шай	24	24	24
Қант пен лимон қосылған шай	200	200	200	қант	10	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Г.Кенжеғалиева
20.01.2025 жыл

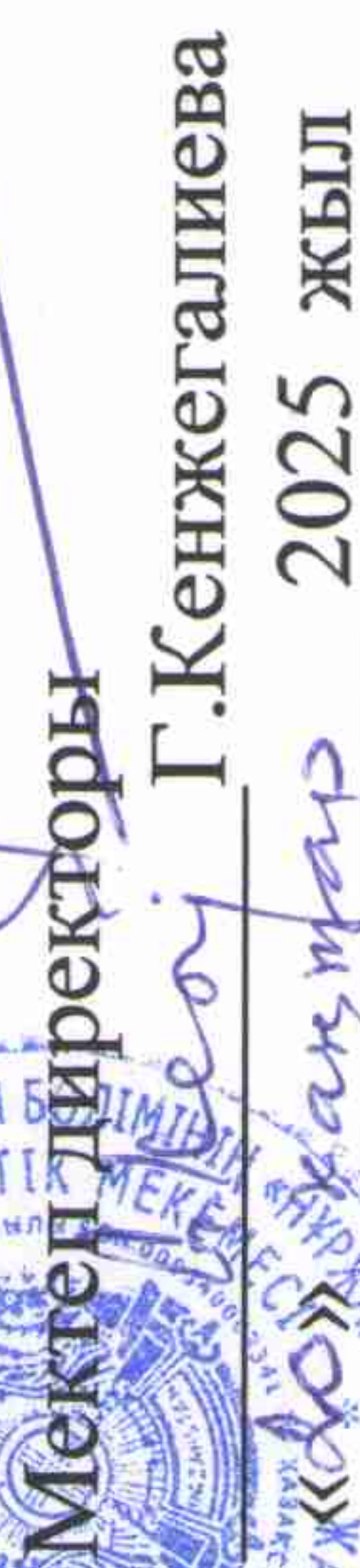
Ас мәзірі 20.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қызылша салаты	50	60	70	қызылша	70	80	90
				қант	2	3	4
				күнбағыс майы	2	2	2
Палау (сиыр ет)	200	230	250	сиыр еті	100	100	100
				күріш	51	61	68
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				сәбіз	14	17	19
Шырын	150	150	150	шырын	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова

Ж.Казиханова



21.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы күрке филесі	60/20	80/20	90/20	күрке филесі	93	97	105
				қызанақ пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				сары май	15	19	22
Гарнир: макарон	100	130	150	макарон	50	60	70
Кептірілген жемістерден компот	200	200	200	сары май	10	12	15
				тұз	1	1	1
				кептірілген жеміс	20	20	20
Алма	150	150	150	қант	20	20	20
				алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Kazim

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 22.01.2025 те

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рагу (сыыр еті)	200	230	250	сыыр еті	100	100	100
				қырыққабат	24	26	28
				өсімдік майы	8	8	8
				картоп	120	120	120
				сәбіз	24	24	24
Кисель	200	200	200	пияз	15	17	20
				кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	су	190	190	190
				қара бидай наны	20	35	40

Қау

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 24.04.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй сорпасы	200	200	220	Сыыр еті	90	100	105
				сәбіз	6	20	9
				пияз	6	8	9
				өсімдік майы	6	8	9
				кеспе	36	47	54
Тәтті бөліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				тауық жұмыртқа	25	25	25
				сары май	8	9	10
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	жарма	10	12	15
				шай	6	6	6
				қант	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	лимон	8	8	8
				қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 27.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы тауық еті	60/20	80/20	90/20	тауық филесі	90	110	135
				томат пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
Гарнир: ұсақталған қарақұмық	100	130	150	сары май	15	19	22
				қарақұмық	51	60	70
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	сары май	4	5	6
				шай.	5	5	5
				қант	15	15	15
				лимон	8	8	8
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай наны	20	35	40

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова


 Бекітемін
 Мектеп директоры
 Г.Кенжеғалиева
 2025 жыл

Ас мәзірі 28.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз салаты	50	60	70	сәбіз	70	80	90
				қант	4	5	6
				өсімдік майы	2	2	3
Ет котлеттері	60	70	80	сиыр еті	70	80	90
				бидай ұны	13	15	17
				сүт	17	20	23
				сухари	7	8	9
				өсімдік майы	5	6	7
Тұздықпен	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
				макарон	36	47	54
Гарнир: қайнатылған Макарон	100	130	150	сары май	12	16	18
				кептірілген жемістер	6	6	6
				қант	20	20	20
				қара бидай наны	20	35	40

Қазақ

Аспазшы

Ж.Казиханова

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қуырылған сиыр еті (жаркое)	200	220	250	сиыр еті	100	103	105
				картоп	135	145	150
				өсімдік майы	7	7	7
				сәбіз	25	27	30
				пияз	12	12	12
Кисель	200	200	200	қызанақ пастасы	8	8	8
				кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	су	190	190	190
				қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Ж.Казиханова



Ас мәзірі 30.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	50	60	70	Балық фаршы	90	100	105
				пияз	20	25	30
				бидай ұны	15	17	19
				сүт	20	23	26
				сухари	7	8	9
Тұздықпен	15	15	15	өсімдік майы	11	12	13
				сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
				пияз	20	23	25
				қызанақ пастасы	5	5	5
Гарнир: күріш	100	130	150	күріш	50	60	68
				сары май	4	5	6
Кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	кептірілген жемістер	20	20	20
				қант	20	20	20
Қара бидай наны	20	35	40	қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Казиханова

Ж.Казиханова



Г.Кенжеғалиева
2025 жыл

Ас мәзірі 31.01.2025

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ сорпасы	200	220	250	сиыр еті	100	110	120
				картоп	50	55	60
				пияз	10	15	20
				өсімдік майы	10	11	12
				сәбіз	15	15	15
				бұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
Тәтті бәліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				сары май	10	10	10
				тауық жұмыртқасы	25	25	25
Қант пен лимон қосылған шай	200	200	200	жарма	10	12	15
				шай	24	24	24
				қант	10	10	10
Қара бидай наны	20	35	40	лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				қара бидай нан	20	35	40

Аспазшы

Жазып

Ж.Казиханова