

Бекітемін
«О.Әлібаев атындағы ЖББМ директоры»
Алин Д.Г. _____
«6» қазан 2025 жыл

**О.Әлібаев атындағы жалпы білім беретін мектебі бойынша білім алушылар мен
тәрбиеленушілердің жекелеген санаттарына тегін жеңілдетілген тамақтандыруды
ұйымдастырудың 2025 жылға арналған бір күндік ас мәзірі**
2 апта
1 күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы (г)		Ингредиенттер	Брутто		Таза салмағы	
	6(7)-10 жас	11-14 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	6(7)жас-10 жас	11-14 жас
Туралған қызанақ пен қияр салаты мен ірімшік	60	80	Балғын қызанақ	30	40	25	35
			Балғын қияр	30	40	25	35
			Қатты ірімшік	10	10	10	10
Құс етінен палау	200	220	Тауық еті	85	98	79	83
			Күріш	45	50	45	50
			Сұйық май	5	5	5	45
			Сәбіз	30	34	26	29
			Пияз	17	20	12	17
			Йодталған тұз	0,1	0,2	0,1	0,2
Каркаде шайы	200	200	Каркаде	0,1	0,1	50	50
			Қант	3	3	3	3
Алма	120	120	Алма	150	150	120	120
Бидай ұнынан нан	30	50	Нан	30	50	30	50

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: **Құтжанова А.А.**

Әлеуметтік педагог: **Спатаева Ұ.А.**

Бекітемін
«О.Әлібаев атындағы ЖББМ директоры»
Алин Д.Г. _____
«7» қазан 2025 жыл

**О.Әлібаев атындағы жалпы білім беретін мектебі бойынша білім алушылар мен
тәрбиеленушілердің жекелеген санаттарына тегін жеңілдетілген тамақтандыруды
ұйымдастырудың 2025 жылға арналған бір күндік ас мәзірі**
2 апта
2 күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы (г)		Ингредиенттер	Брутто		Таза салмағы	
	6(7)-10 жас	11-14 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	6(7)жас-10 жас	11-14 жас
Дәрумен салаты	60	80	Қырыққабат	49	63	35	45
			Сәбіз	21	27	16	21
			Алма	21	27	15	19
			Сұйық май	4,0	4,5	4,0	4,5
			Йодталған тұз	0,1	0,1	0,1	0,1
Сиыр етінен котлет	70	90	Сиыреті	80	90	75	85
			Нан	7	12	7	12
			Жұмыртқа	5	5	5	5
			Пияз	7	12	5	10
			Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2	0,2
			Сұйық май	2,0	3,0	2,0	3,0
Қаймақтан соус	20	20	Қаймақ	10,0	10,0	10,0	10,0
			Ұн 1 сорт	2,0	2,0	2,0	2,0
			Сұйық май	5	5	5	5
Бұқтырылған макарон	130	150	Макарон	46	53	46	53
			Йодталған тұз	0,1	0,2	0,1	0,2
			Сұйық май	5	5	5	5
Қант қосылған, қақталған жемістен кампот	200	200	Қақталған жеміс	20	20	20	20
			Қант	3	3	3	3
Бидай ұнынан нан	30	50	Нан	30	50	30	50

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: Құтжанова А.А.

Әлеуметтік педагог: Спатаева Ұ.А.

Бекітемін
«О.Әлібаев атындағы ЖББМ директоры»
Алин Д.Г. _____
«8» қазан 2025 жыл

О.Әлібаев атындағы жалпы білім беретін мектебі бойынша білім алушылар мен тәрбиеленушілердің жекелеген санаттарына тегін жеңілдетілген тамақтандыруды ұйымдастырудың 2025 жылға арналған бір күндік ас мәзірі
2 апта
3 күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы (г)		Ингредиенттер	Брутто		Таза салмағы	
	6(7)-10 жас	11-14 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	6(7)жас-10 жас	11-14 жас
Көкеністер қосылған тауық еті	70	90	Тауық еті	76	80	70	75
			Сәбіз	20	23	16	19
			Пияз	15	18	15	17
			Томат пастасы	3	3	3	3
			Тәтті бұрыш	20	23	17	19
			Сұйық май	3	3	3	3
			Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2	0,2
Суға бұқтырылған қарақұмық	130	150	Қарақұмық	54,0	63,0	54,0	63,0
			Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2	0,2
			Сұйық май	3	5	3	5
Сүт қосылған какао	200	200	Какао ұнтағы	7	7	7	7
			Сүт	180	180	180	180
			Қант	3	3	3	3
Алма	120	120	Алма	150	150	120	120
Бидай ұнынан нан	30	50	Нан	30	50	30	50

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: Құтжанова А.А.
Әлеуметтік педагог: Спатаева Ұ.А.

Бекітемін
«О.Әлібаев атындағы ЖББМ директоры»
Алин Д.Г. _____
«9» қазан 2025 жыл

**О.Әлібаев атындағы жалпы білім беретін мектебі бойынша білім алушылар мен
тәрбиеленушілердің жекелеген санаттарына тегін жеңілдетілген тамақтандыруды
ұйымдастырудың 2025 жылға арналған бір күндік ас мәзірі
2 апта
4 күн**

Тағам атауы	Тағамның шығуы (г)		Ингредиенттер	Брутто		Таза салмағы	
	6(7)-10 жас	11-14 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	6(7)жас-10 жас	11-14 жас
Балық биточкісі	70	90	Минтай балығы	80	98	74	75
			Пияз	6	10	5	8
			Қытырлақ ұнтағы	13	15	13	15
			Жұмыртқа	5	5	5	5
			Сұйық май	1	3	1	3
			Йодталған тұз	0,1	0,1	0,1	0,
Сүт қосылған томатты соус	20	20	Сүт	10	10	10	10
			Ұн 1 сорт	3	3	3	3
			Сұйық май	3	3	3	3
			Томат пастасы	3	3	3	3
Картоп пен сәбіз пюресі	130	150	Картоп	140	144	108	111
			Сәбіз	55	75	57	63
			Сүт	40	15	15	25
			Сұйық май	8	8	8	8
			Йодталған тұз	0,2	0,2	0,3	0,3
Тұздық	20	25	Мұздатылған жасыл асбұршақ	22,0	27,0	20,0	25,0
Лимон шырыны	200	200	Лимон	20	20	20	20
Бидай ұнынан нан	30	50	Нан	30	50	30	50

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: Құтжанова А.А.
Әлеуметтік педагог: Спатаева Ұ.А.

Бекітемін
«О.Әлібаев атындағы ЖББМ директоры»
Алин Д.Г. _____
«10» қазан 2025 жыл

**О.Әлібаев атындағы жалпы білім беретін мектебі бойынша білім алушылар мен
тәрбиеленушілердің жекелеген санаттарына тегін жеңілдетілген тамақтандыруды
ұйымдастырудың 2025 жылға арналған бір күндік ас мәзірі**
2 апта
5 күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы (г)		Ингредиенттер	Брутто		Таза салмағы	
	6(7)-10 жас	11-14 жас		6(7)-10 жас	11-14 жас	6(7)жас-10 жас	11-14 жас
Етпен борщ	200	250	Сиыр еті Қызылша Қырыққабат Картоп Сәбіз Пияз Томат пастасы Йодталған тұз	50 40 20 21 10 9 6 0,2	65 50 25 26 12 12 7 0,2	47 32 16 16 8 8 6 0,2	58 40 20 20 10 10 7 0,2
Сыр қосылған бутерброд бәліші	50	50	Ұн жоғары сорт Жоғары сортты бидай ұны Қант Сұйық май Яйцо Сүт 2,5% Қатты ірімшік Қатты ашытқы Йодталған тұз Ванилин Жұмыртқа	30 2 4 1 5 9 13 1 0,2 0,03 1	30 2 4 1 5 9 13 1 0,2 0,03 1	30 2 4 1 5 9 13 1 0,2 0,03 1	30 2 4 1 5 9 13 1 0,2 0,03 1
Алмадан жасалған компот	200	200	Алма Қант	143 3	143 3	100 3	100 3
Бидай ұнынан нан	30	50	Нан	30	50	30	50

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: Құтжанова А.А.

Әлеуметтік педагог: Спатаева Ұ.А.

