

ШЕШІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КК
мектебінің медицина қызметкері
К.А. Оразалинова

БЕКІТІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КК
мектеп директоры
А.К. Ермаганбетова



5-11 сынып оқушылары үшін мектеп асханасында 4 апталық (күзгі-қысқы) ыстық
тамақтың перспективті маусымдық мәзірі

1 апта

№	Атауы	Тағам шығымы, гр.	Құны, мг
Дүйсенбі			
1.	Сары май қосылған Геркулес сүт ботқасы	200	250
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Сейсенбі			
1.	Тауық еті қосылған үй стиліндегі қуыру	250	350
2.	Компот	200	120
3.	Бидай наны	20	15
Сәрсенбі			
1.	Сиыр етінен палау	250	350
2.	Көкөніс салаты	100	200
3.	Қант қосылған шай	200	80
4.	Бидай наны	20	15
Бейсенбі			
1.	Сиыр етінен котлет	100	300
2.	Гарнир: қайнатылған қарақұмық	150	170
3.	Кисель	200	120
4.	Бидай наны	20	15
Жұма			
1.	Тауық еті қосылған үй кеспе сорпасы	300	350
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15

Нан өнімдері

№	Атауы	Бағасы
1	Картоп қосылған пирожки	180
2	Жұмыртқа мен пияз қосылған пирожки	180
3	Қырыққабат қосылған пирожки	180
4	Қамырдағы шұжық	190
5	Тоқаш	120
6	Ірімшік қосылған нан (ватрушка)	140
7	Гусеница	230

Сусындар

№	Атауы	Бағасы
1	Сүтсіз шай	80
2	Сүт қосылған шай	120
3	Кофе 3-і 1	140
4	Кисель	120
5	Компот	120

ШЕШІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектебінің медицина қызметкері
К.А. Оразалинова

БЕКІТІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектеп директоры
А.К. Ермаганбетова



5-11 сынып оқушылары үшін мектеп асханасында 4 апталық (күзгі-қысқы) ыстық
тамақтың перспективті маусымдық мәзірі

2 апта

№	Атауы	Тағам шығымы, гр.	Құны, мг
Дүйсенбі			
1.	Сары май қосылған күріш сүт ботқасы	200	250
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Сейсенбі			
1.	Тефтели	100	300
2.	Гарнир: жарма	150	170
3.	Көкөніс салаты	100	200
4.	Кисель	200	120
5.	Бидай наны	20	15
Сәрсенбі			
1.	Тауық еті қосылған вермишель сорпасы	250	350
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Бейсенбі			
1.	Сиыр еті гуляш	150	350
2.	Гарнир: сары май қосылған пісірілген макарон	100	170
3.	Кисель	100	120
5.	Бидай наны	20	15
Жұма			
1.	Тауық еті қосылған үй кеспе сорпасы	300	350
2.	Компот	200	120
3.	Бидай наны	20	15

Нан өнімдері

№	Атауы	Бағасы
1	Картоп қосылған пирожки	180
2	Жұмыртқа мен пияз қосылған пирожки	180
3	Қырыққабат қосылған пирожки	180
4	Қабырдағы шұжық	190
5	Тоқаш	120
6	Ірімшік қосылған нан (ватрушка)	140
7	Гусеница	230

Сусындар

№	Атауы	Бағасы
1	Сүтсіз шай	80
2	Сүт қосылған шай	120
3	Кофе 3-і 1	140
4	Кисель	120
5	Компот	120

ШЕШІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектебінің медицина қызметкері
К.А. Оразалинова

БЕКІТІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектеп директоры
А.К. Ермаганбетов



5-11 сынып оқушылары үшін мектеп асханасында 4 апталық (күзгі-қысқы) ыстық
тамақтың перспективті маусымдық мәзірі
3 апта

№	Атауы	Тағам шығымы, гр.	Құны, мг
Дүйсенбі			
1.	Ірімшік қосылған макарон	200	250
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Сейсенбі			
1.	Пісірілген тауықтар	100	260
2.	Гарнир: қайнатылған қарақұмық	150	170
3.	Көкөніс салаты	100	200
4.	Жеміс-жидек киселі	200	120
5.	Бидай наны	20	15
Сәрсенбі			
1.	Ет котлеттері	100	350
2.	Гарнир: қайнатылған макарон	150	170
3.	Қант қосылған шай	200	80
4.	Бидай наны	20	15
Бейсенбі			
1.	Күріш сорпасы	250	350
3.	Кисель	200	120
5.	Бидай наны	20	15
Жұма			
1.	Тауық еті қосылған көкөніс бұқтырмасы	200	350
2.	Кептірілген жемістердің қоспасынан жасалған компот	200	120
3.	Бидай наны	20	15

Нан өнімдері

№	Атауы	Бағасы
1	Картоп қосылған пирожки	180
2	Жұмыртқа мен пияз қосылған пирожки	180
3	Қырыққабат қосылған пирожки	180
4	Қабырдағы шұжық	190
5	Тоқаш	120
6	Ірімшік қосылған нан (ватрушка)	140
7	Гусеница	230

Сусындар

№	Атауы	Бағасы
1	Сүтсіз шай	80
2	Сүт қосылған шай	120
3	Кофе 3-і 1	140
4	Кисель	120
5	Компот	120

ШЕШІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектебінің медицина қызметкері
К.А. Оразалинова

БЕКІТІЛДІ

«Қызылжар Абай орта мектебі» КҚ
мектеп директоры
А.К. Ермаганбетова



5-11 сынып оқушылары үшін мектеп асханасында 4 апталық (күзгі-қысқы) ыстық
тамақтың перспективті маусымдық мәзірі
4 апта

№	Атауы	Тағам шығымы, гр.	Құны, мг
Дүйсенбі			
1.	Сары май қосылған Геркулес сүт ботқасы	200	200
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Сейсенбі			
1.	Көкөністермен бұқтырылған ет	100	300
2.	Гарнир: макарон	150	170
4.	Жеміс-жидек киселі	200	120
5.	Бидай наны	20	15
Сәрсенбі			
1.	Қарақұмық сорпасы	250	350
2.	Қант қосылған шай	200	80
3.	Бидай наны	20	15
Бейсенбі			
1.	Тефтели	100	300
2.	Гарнир: бұға пісірілген күріш	150	170
3.	Компот	200	120
5.	Бидай наны	20	15
Жұма			
1.	Тауық қосылған палау	200	350
2.	Көкөніс салаты	100	200
3.	Қант қосылған шай	200	80
4.	Бидай наны	20	15

Нан өнімдері

№	Атауы	Бағасы
1	Картоп қосылған пирожки	180
2	Жұмыртқа мен пияз қосылған пирожки	180
3	Қырыққабат қосылған пирожки	180
4	Қамырдағы шұжық	190
5	Тоқаш	120
6	Ірімшік қосылған нан (ватрушка)	140
7	Гусеница	230

Сусындар

№	Атауы	Бағасы
1	Сүтсіз шай	80
2	Сүт қосылған шай	120
3	Кофе 3-і 1	140
4	Кисель	120
5	Компот	120