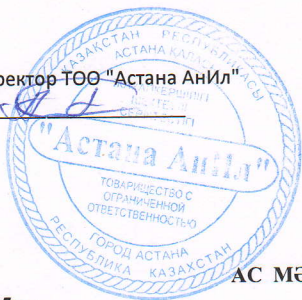


Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



Бекітемін  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Қоқтем)/ МЕНЮ (Зима-Весна 2н/5д)

Дата: 10.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>							
1	Тары ботқасы\ Каша пшениая	150	91,66	200	128,14	250	153,35
2	Ірімшік бутерброды/Бутерброд с сыром	25	60,35	30	62,71	35	64,6
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	40,93	200	40,93	200	40,93
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>192,94</b>		<b>231,78</b>		<b>258,88</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>							
1	Витаминді салат/Салат витаминный	60	33,55	80	42,84	100	56,3
2	Бефстроганов/Бефстроганов	50/30	273,91	65/40	362,39	80/50	450,91
3	Картоп пюресі/Пюре картофельное	100	63,53	130	84,46	150	99,52
4	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	40,93	200	40,93	200	40,93
5	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>421,82</b>		<b>547,61</b>		<b>667,01</b>

Асхана жетекшісі  
Медбике

*Лапин А.С.*  
*Лапин А.С.*





**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**





**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**











**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**



Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 3н/2д)

Дата: 14.01,2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Сүт қосылған сұлы ботқасы /Овсяная каша на молоке	150	82,31	200	117,71	250	141,33
2	Май қосылған сэндвич/ Бутерброд с маслом	25	57,55	30	59,91	35	62,27
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	40,93	200	40,93	200	40,93
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>180,79</b>		<b>218,55</b>		<b>244,53</b>
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сәбіз салаты/Салат морковный	60	28,44	80	37,86	100	47,44
2	Еттен жасалған котлет/Биточки мясные	80	309,21	90	347,9	100	386,59
3	Томат тұздығы/Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
4	Пісірілген макарон/Макароны отварны	100	53,4	130	68,9	150	79,5
5	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	40,93	200	40,93	200	40,93
6	Қарабидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>448,62</b>		<b>521,01</b>		<b>582,58</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_

Медбике \_\_\_\_\_



















**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**



















Утверждаю Директор ТОО "Астана АниЛ"  
Лапин А.С.



Бекітемін  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 3н/5д)

Дата: 17.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>							
1	Сүт қосылған күріш ботқасы / Каша рисовая молочная	150	123,6	200	164,39	250	205,17
2	Ірімшік қосылған бутерброд/ Бутерброд с сыром	25	60,35	30	62,71	35	64,6
3	Шиповник сусыны/ Напиток из шиповника	200	62,3	200	62,3	200	62,3
			<b>246,25</b>		<b>289,4</b>		<b>332,07</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>							
1	Витаминді салат/Салат витаминный	60	33,55	80	42,84	100	56,3
2	Сыр етінен жасалған котлет/Котлеты говяжьи	80	309,21	90	347,9	100	386,59
3	Томат тұздық/Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
4	Қарақұмық ұсақталған/Гречка рассыпчатая	100	43,71	130	56,85	150	65,63
5	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
6	Шиповник сусыны/ Напиток из шиповника	200	62,3	200	62,3	200	62,3
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>465,41</b>		<b>535,31</b>		<b>598,94</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_









Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 4н/1д)

Дата: 20.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
1	Сүт ботқасы 3 жарма / Каша молочная 3 злака	150	139,12	200	185,03	250	230,94
2	Май қосылған бутерброд/ Бутерброд с маслом	25	57,55	30	59,91	35	62,27
3	Шырын/Сок фруктовый	200	86	200	86	200	86
4	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>382,42</b>		<b>430,69</b>		<b>478,96</b>
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Көкөністермен бұқтырылған сиыр еті/ Жаркое	170\30	276,49	220/40	365,11	250/50	448,84
2	Кисель/Кисель ягодный	200	51,05	200	51,05	200	51,05
3	Қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
4	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>437,19</b>		<b>532,9</b>		<b>618,99</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_

*Лапин А.С.*  
*Бейсен*











**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**



Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



Бекітемін  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 4н/2д)

Дата: 21.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>							
1	Сүт қосылған тары ботқасы /Каша пшеница молочная	150	91,66	200	128,14	250	153,35
2	Ірімшік қосылған бутерброд/ Бутерброд с сыром	25	60,35	30	62,71	35	64,6
3	Сүт қосылған какао/Какао с молоком	200	127,5	200	127,5	200	127,5
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>279,51</b>		<b>318,35</b>		<b>345,45</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>							
1	Алма қосылған қызылша салаты/Салат свекольный с яблоком	60	29,71	80	39,57	100	48,05
2	Еттен жасалған котлет\ Биточки мясные	80	309,21	90	347,9	100	386,59
3	Томат тұздығы/Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
4	Пісірілген күріш/Рис припущенный	100	61,26	130	79,64	150	91,89
5	Лимон сусыны/Напиток лимонный	200	36,96	200	36,96	200	36,96
6	Қара бидай наны/Хлеб ржано пшеничный	20	8,74	35	15,3	40	17,48
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>452,62</b>		<b>527,8</b>		<b>589,74</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_

*Лапин*  
*Бекітемін*





КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО



Утверждаю Директор ТОО "Астана АниЛ"  
Лапин А.С.

Бекітемін:  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 1н/1д)

Дата: 27.01.2025

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>							
1	Сүт қосылған сұлы ботқасы /Овсяная каша на молоке	150	82,31	200	117,71	250	141,33
2	Май қосылған бутерброд/ Бутерброд с маслом	25	57,55	30	59,91	35	62,27
3	Алма/ Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
4	Кисель\Кисель	200	51,05	200	51,05	200	51,05
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>290,66</b>		<b>328,42</b>		<b>354,4</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>							
1	Сиыр етінен жасалған котлет/Тефтели говяжьи	70	244,83	80	279,66	90	314,53
2	Томат тұздығы\Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
3	Пісірілген Қарақұмық\Гречка рассыпчатая	100	43,71	130	56,85	150	65,63
4	Алма/ Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
5	Кисель\Кисель	200	51,05	200	51,05	200	51,05
6	Қарабидай наны/ хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>455,98</b>		<b>512,73</b>		<b>559,08</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_







КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО





Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 1н/2д)

Дата: 28.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Сүт қосылған тары ботқасы /Каша пшенная молочная	150	91,66	200	128,14	250	153,35
2	Май қосылған бутерброд/ Бутерброд с маслом	25	57,55	30	59,91	35	62,27
3	Ірімшік қосылған тоқаш/Булочка творожная	40	34,68	40	34,68	40	34,68
4	Кептірілген жеміс компоты/ Компот из сухофруктов	200	40,93	200	40,93	200	40,93
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>224,82</b>		<b>263,66</b>		<b>291,23</b>
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сәбіз салаты/Салат морковный	60	28,44	80	37,86	100	47,44
2	Палау етпен/Плов с мясом	170/30	279,82	220/40	369,8	250/50	453,59
3	Кептірілген жеміс компоты/ Компот из сухофруктов	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Қарабидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>359,09</b>		<b>465,58</b>		<b>561,31</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_



КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО









КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО



Утверждаю Директор ТОО "Астана АниЛ"  
Лапин А.С.



Бекітемін:  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 1н/3д)

Дата: 29.01,2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Сүт қосылған күріш ботқасы / Рисовая каша на молоке	150	123,6	200	164,39	250	205,17
2	"Крокет" печеньесі / "Крокет" печенье	20	26,74	30	40,11	40	53,48
3	Какао\Какао	200	127,5	200	127,5	200	127,5
4	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>287,74</b>		<b>348,99</b>		<b>405,5</b>
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сыыр етінен жасалған котлет/Котлеты говяжьи	80	309,21	90	347,9	100	386,59
2	Томат тұздығы/Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
3	Картоп піресі\Картофельное пюре	100	63,53	130	84,46	150	99,52
4	Шиповник сусыны/ Напиток из шиповника	200	62,3	200	62,3	200	62,3
5	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>451,68</b>		<b>520,08</b>		<b>576,53</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_

*Венф*



КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО















КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО







Утверждаю Директор ТОО "Астана Анил"  
Лапин А.С.



Бекітемін:  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 1н/5д)

Дата: 31.01.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>							
1	Сүт қосылған жүгері ботқасы / Каша молочная кукурузная вязкая	150	113,83	200	151,4	250	188,96
2	Ірімшік қосылған бутерброд/ Бутерброд с сыром	25	60,35	30	62,71	35	64,6
3	Шиповник сусыны/ Напиток из шиповника	200	62,3	200	62,3	200	62,3
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>236,48</b>		<b>276,41</b>		<b>315,86</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>							
1	Қуырылған ет/Мясо тушенное	50/30	251,39	65/40	333,63	80/50	418,36
2	Пісірілген макарон/Макаронны отварные	100	53,4	130	68,9	150	79,5
3	Шиповник сусыны/ Напиток из шиповника	200	62,3	200	62,3	200	62,3
4	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
5	Алма/ Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>476,74</b>		<b>581,57</b>		<b>679,26</b>

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_  
Медбике \_\_\_\_\_





**КОНТРОЛЬНОЕ БЛЮДО**



