



Бекітемін: \_\_\_\_\_  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 2и/2д)

Дата: 04.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сары май қосылған 3 жарма сүті бар ботқа / Каша на молоке 3-х злаков с маслом	150	365,6
2	"Крокет" печенбесі/ Печенье "Крокет"	20	105,6
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофр.	200	120
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>591,2</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Тұздық қосылған котлеттер/ Котлеты с соусом	50/50	160
2	Гарнир: картоп пюресі/ Гарнир: картофельное пюре	100	109
3	Ірімшік қосылған қызылша салаты/ Салат свекольный с сыром	50	75
4	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	120
5	Қарабидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>508,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат морковко по-корейски</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Суп гороховый</i>	<i>250</i>	<i>260</i>
2.	<i>Голубцо с соусом</i>	<i>25/50</i>	<i>310</i>
3	<i>Туяш с соусом</i>	<i>75/50</i>	<i>440</i>
4	<i>Картофельное пюре</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_

Медбике \_\_\_\_\_



АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 2н/3д)

Дата: 05.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт пен сары май қосылған күріш ботқасы /Каша рисовая на молоке с маслом	150	255,2
2	Коржик/Коржик	50	211
3	Кисель/Кисель	200	106
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>572,2</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Сиыр еті қосылған көкөніс бұқтырмасы/ Овощное рагу с мясом говядины	200	276
2	Кисель/Кисель	200	106
3	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>426,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>“Винегрет” салат</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Суп картофельный с мясом и зеленью</i>	<i>250</i>	<i>280</i>
2	<i>Жаркое по-домашнему</i>	<i>300</i>	<i>510</i>
3	<i>Болубин</i>	<i>250</i>	<i>310</i>
4	<i>Картофельное пюре</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5	<i>Тампа грекская рассырама</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі *О.К.*  
Медбике *А.С.*



Бекіткенің  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 2н/4н)

Дата: 06.04.2023г

№	Аты/ Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт қосылған сұлы ботқасы / Овсяная каша на молоке	150	263,2
2	Тоқаш "Мектеп"/ Булочка школьная	40	126,8
3	Қант қосыюған шай/Чай с сахаром	200	50
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>440</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Тұздық қосылған балық котлеті/ Тефтели рыбные с соусом	50/50	190
2	Гарнир картоп пюресі/ Гарнир: картофельное пюре	100	116
3	Қант қосыюған шай/Чай с сахаром	200	50
4	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>400,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1.	<i>Салат из свежей капусты с консервированной кукурузой</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1.	<i>Борщ из свежей капусты</i>	<i>250</i>	<i>270</i>
2	<i>Лососан</i>	<i>280</i>	<i>600</i>
3	<i>Картофельное пюре</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
4	<i>Кыша жаренная</i>	<i>25/50</i>	<i>330</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

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

*Ор*  
*Ал*



АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 2н/5д)

Дата: 07.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт пен сары май қосылған бидай ботқасы/ Каша пшеничная на молоке с маслом	150	244
2	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	200	44,4
3	Лимон сусыны/Лимонный напиток	200	56
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>344,4</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Көкөністермен гуляш/Гуляш с овощами	35/50	148
2	Гарнир пісірілген макарон/Гарнир макароны припущенные	100	135
3	Лимон сусыны/Лимонный напиток	200	56
4	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	200	44,4
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>383,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат иу моркови и свеклы</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Суп гречневый</i>	<i>250</i>	<i>270</i>
2	<i>Тыш с соусом</i>	<i>75/50</i>	<i>440</i>
3	<i>Компота ко-домашнему</i>	<i>75/50</i>	<i>380</i>
4	<i>Жартоғайлы плов</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5	<i>Каша гречневая отварная</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_

Медбике \_\_\_\_\_

*О. В.*  
*Ж. Ш.*



Бекпеми  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3п/1д)

Дата: 10.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт пен сары май қосылған сұлы ботқасы /Каша Кукурузная на молоке с маслом	150	300
2	Ірімшік қосылған сэндвич/ Бутерброд с сыром	10/20	37,1
3	Жемістер/ Фрукты	1 шт	94
4	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром	200	50
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>481,1</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Ет котлеті / Котлета мясная	50/50	190
2	Гарнир: пісірілген мақорон/ Гарнир: макаронны отварные	100	135
3	Жемістер/ Фрукты	1	94
4	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром	200	50
5	Қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>513,4</b>
<b>САЛАТТАР/САЛАТЫ</b>			
1.	<i>Салат морковь по-корейски</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1.	<i>Сүт „Деревенский“</i>	<i>250</i>	<i>240</i>
2.	<i>Лашман</i>	<i>280</i>	<i>600</i>
3.	<i>Котлета по-домашнему</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
4.	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5.	<i>Жарма по-домашнему</i>	<i>300</i>	<i>510</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі  
Медбике

*[Signature]*  
*[Signature]*



Бекітемін: *Д. Бай*  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3н/2д)

Дата: 11.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүтпен жасалған күріш ботқасы / Рисовая каша на молоке	150	255,2
2	Сүзбе қосылған кондитерлік өнімдер/ Сдоба с творогом	40	126,8
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	120
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>502</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Еттен гуляш/ Гуляш из говядины	35/50	148
2	Гарнир: картоп пюресі/ Гарнир: картофельное пюре	100	109
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	120
4	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>			<b>421,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат "Свекла по-корейски"</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Суп картофельный с макар. издели.</i>	<i>250</i>	<i>280</i>
2	<i>Рыба жареная</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
3	<i>Помидор по-домашнему</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
4	<i>Тушен с соусом</i>	<i>75/50</i>	<i>510</i>
5	<i>Макаронные изделия отварные</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
6	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_

Медбике \_\_\_\_\_

*ОР*  
*А.А.*



АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3и/3д)

Дата: 12.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүтпен сары май қосыған қаракұмық ботқасы /Гречневая каша на молоке с маслом	150	288,8
2	"Крокет" печеньесі/ Печенье "Крокет"	20	105,5
3	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром	200	50
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>444,3</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Сыыр етінен палау/ Плов с говядиной	200	258
2	Морковтен салат/Салат из моркови	50	55
3	Қант қосылған шай/ Чай с сахаром	200	50
4	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>407,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат "Морковь по-корейски"</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Сүт "Гречневой"</i>	<i>250</i>	<i>270</i>
2	<i>Жотлета по-домашнему</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
3	<i>Сыба жарма</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
4	<i>Жама гречневая рассычатая</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5	<i>Масарыкпенне судья отварное</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі \_\_\_\_\_

Медбике \_\_\_\_\_



Бекітемін: *А. Бауф*  
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3и/4д)

Дата: 13.04.2023г

№	Аты/ Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт пен сары май қосылған бидай ботқасы/Пшеничная каша на молоке с маслом	150	244
2	"Құмдық" торт/Корж песочный	50	170,5
3	Лимон сусыны/ Лимонны напиток	200	56
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>470,5</b>
<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Кілегейлі соусы бар балық котлеттері/ Котлеты рыбные с соусом	50/50	190
2	Пісірілген күріш / Гарнир: рис припущенный	100	116
3	Лимон сусыны/ Лимонны напиток	200	56
4	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>406,4</b>
<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат из свежей капусты</i>	<i>100</i>	<i>260</i>
<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Суп "харчо"</i>	<i>250</i>	<i>260</i>
2	<i>Туриши жареная</i>	<i>100</i>	<i>550</i>
3	<i>Медтеме в соусе</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
4	<i>Картофельная пюре</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5	<i>Каша овсяная рассыпчатая</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған кара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

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

*А. Бауф*





Бекітемін  
Мектеп директоры

*Б. Сауф*

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 3и/5д)

Дата: 14.04.2023г

№	Наименование	Выход, гр.	Ккал
<b>ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК</b>			
1	Сүт пен сары май қосылған 3 жарма ботқасы /Каша 3-х злаков на молоке с маслом	150	365,6
2	Ірімшік қосылған сэндвич/ Бутерброд с сыром	10/20	37,1
3	Киселшъ/Кисель	200	106
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>508,7</b>

<b>ТҮСКІ АС/ ОБЕД</b>			
1	Сыыр етімен жасалған картоп тағамы/Жаркое по-домашнему	200	274
2	Қырыққабат салат/Салат из капусты с зеленью	50	38
3	Киселшъ/Кисель	200	106
4	Қара бидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	200	44,4
	<b>Калория мөлшері/ Калорийность</b>		<b>462,4</b>

<b>САЛАТТАР /САЛАТЫ</b>			
1	<i>Салат "Валендет"</i>	<i>160</i>	<i>260</i>

<b>ЕРКІН ТАҢДАУ/ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР</b>			
1	<i>Тюрки из сверсей капусты</i>	<i>250</i>	<i>240</i>
2	<i>Мясно по французски</i>	<i>300</i>	<i>500</i>
3	<i>тигана с соусом</i>	<i>75/50</i>	<i>330</i>
4	<i>Макарони отварные</i>	<i>200</i>	<i>260</i>
5	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>200</i>	<i>260</i>

<b>СУСЫНДАР/НАПИТКИ</b>			
1	Компот/ Компот	200	110
2	Кисель/Кисель	200	110
3	Қант пен сүт қосылған шай /Чай с молоком с сахаром	200	130
4	Қант пен лимон қосылған шай /Чай с лимоном	200	120
5	Қант қосылған қара шай /Чай (черный/зеленый)	200	100
6	Кофе/Кофе 3*1	200	150
7	Итмұрын жемісінен жасалған сусын/Напиток из шиповника	200	110

Асхана жетекшісі  
Медбике

*А. Сауф*