



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



Бекітемін:
Мектеп директоры

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

Дата: 03.04.2025г

0

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
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	Кептірілген жеміс компоты/ Компот из сухофруктов	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
	Калория мөлшері/ Калорийность		337,35		385,62		433,89
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Витаминді салат/Салат витаминный	60	33,55	80	42,84	100	56,3
2	Балық котлеті/ Тефтели рыбные	70	218,23	80	249,43	90	280,64
3	Ақ соусы/Соус белый	20	8,11	25	10,14	30	12,17
4	Гарнир: бұға пісірілген күріш/ Гарнир: рис припущенный	100	61,26	130	79,64	150	91,89
5	Кептірілген жеміс компоты/ Компот из сухофруктов	200	40,93	200	40,93	200	40,93
6	Қарабидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		371,98		439,97		501,28

Асхана жетекшісі

Медбике

Асхана жетекшісі
Медбике



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



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

Дата: 04.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
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
	Калория мөлшері/ Калорийность		236,48		276,41		315,86
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Қуырылған ет/Мясо тушенное	50/30	251,39	65/40	333,63	80/50	418,36
2	Пісірілген макарон/Макароны 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
	Калория мөлшері/ Калорийность		476,74		581,57		679,26

Асхана жетекшісі

Медбике

А.С. Лапин
В.С. Медбике

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



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

Дата: 07.04.2025г

Дата: 07.04.2023г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
		150	118,08	200	157,05	250	196,02
1	Сүт қосылған сұлы боткасы/Каша молочная геркулесовая	25	57,55	30	59,91	35	62,27
2	Май қосылған бутерброд/ Бутерброд с маслом	150	99,75	150	99,75	150	99,75
3	Алма/ Яблоко	200	51,05	200	51,05	200	51,05
4	Кисель/Кисель		326,43		367,76		409,09
	Калория мөлшері/ Калорийность						
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
		80	309,21	90	347,9	100	386,59
1	Сиыр етінен жасалған котлет/Котлеты говяжьи	20	6,74	25	8,43	30	8,77
2	Томат тұздығы/Соус томатный	100	43,71	130	56,85	150	65,63
3	Қарақұмық ұсақталған/Гречка рассыпчатая	200	51,05	200	51,05	200	51,05
4	Кисель/Кисель	20	9,9	35	16,99	40	19,35
5	Қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный		420,61		481,22		531,39
	Калория мөлшері/ Калорийность						

Асхана жетекшісі _____
Медбике _____

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



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

Дата: 08.04.2025г

№	Наименование	7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
		Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
1	Сүт қосылған күріш ботқасы / Каша рисовая молочная	150	123,6	200	164,39	250	205,17
2	Май қосылған бутерброд/ Бутерброд с маслом	25	57,55	30	59,91	35	62,27
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	40,93	200	40,93	200	40,93
	Калория мөлшері/ Калорийность		222,08		265,23		308,37
ТУСКИ АС/ ОБЕД							
1	Сәбіз салаты/Салат морковный	60	28,4	80	37,86	100	47,33
2	Көкөністермен бұқтырылған сиыр еті/ Жаркое	170/30	276,49	220/40	365,11	250/50	448,84
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот с сухофруктами	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Қарабидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		355,72		460,89		556,45

Асхана жетекшісі _____
Медбике _____



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



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

Дата: 09.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Қарақұмық сүт сорпасы/Суп молочный гречневый	150	72,19	200	103,18	250	128,98
2	Ірімшік бутерброды/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
	Калория мөлшері/ Калорийность		260,04		293,39		321,08
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сиыр еттен тефтелдері\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 макарон\Макароны отварные	100	53,4	130	68,9	150	79,5
4	Сүт қосылған какао\Какао с молоком	200	127,5	200	127,5	200	127,5
5	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		442,37		501,48		549,65

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____



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



Бекітемін:
Мектеп директоры

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

Дата: 10.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Сүт қосылған жүгері ботқасы/ Кукурузная каша на молоке	150	113,83	200	151,4	250	188,96
2	Ваниль қосылған сүзбе / Булочка ванильная	40	36,74	40	36,74	40	36,74
3	Лимон сусыны/Напиток лимонный	200	36,96	200	36,96	200	36,96
4	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
	Калория мөлшері/ Калорийность		287,28		324,85		362,41
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Пісірілген балық\Рыба припущенная	50	308,4	70	431,77	80	493,46
2	Ақ тұздық/Соус белый	20	8,11	25	10,14	30	12,17
3	Пісірілген күріш/Рис припущенный	100	61,26	130	79,64	150	91,89
4	Лимон сусыны/Напиток лимонный	200	36,96	200	36,96	200	36,96
5	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
6	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		524,38		675,25		753,58

Асхана жетекшісі _____
Медбике _____

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



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

Дата: 11.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Тары ботқасы\ Каша пшениная	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
	Калория мөлшері/ Калорийность		192,94		231,78		258,88
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
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
	Калория мөлшері/ Калорийность		421,82		547,61		667,01

Асхана жетекшісі _____
Медбике _____