

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



Дата: 02.05.2025г

АС МЭЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕННО(Зима-Весна 1и/5д)

		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
ТУСҚІ АС/ ОБЕД							
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
Калория мөлшері/ Калорийность			476,74		581,57		679,26

Асхана жетекшісі

Медбике







Утверждаю, Директор ТОО "Астана АниЛ"
Латипи А.С.



Бекташев
Мектеп директоры

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

Дата: 05.05.2025г

		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 сұлы ботқасы/Каша молочная геркулесовая	150	118,08	200	157,05	250	196,02
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
	Калория мөлшері/ Калорийность		326,43		367,76		409,09
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	Қарақұмық ұсақталған/Гречка рассыпчатая	100	43,71	130	56,85	150	65,63
4	Кисель/Кисель	200	51,05	200	51,05	200	51,05
5	Қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		420,61		481,22		531,39

Асхана жетекшісі
Медбике

[Signature]







Утверждаю Директор ТҚО "Астана Айл"
Лашин А.С.



Бекітемін
Мектеп директоры

Дата: 06.05.2025г

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

№	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
ТУСҚІ АС/ ОБЕД							
1	Сәбіз салаты/Салат морковный	60	28,4	80	37,86	100	47,33
2	Көкөністермен бұқтырылған сиыр еті/ Жарғас	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	Қарабидіп паны/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 АниИл"
Лапин А.С.



Бекітемін:
Мектеп директоры

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

Дата: 08.05.2025г

		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 Аңыл"
Лапин А.С.



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

Дата: 12.05.2025г

		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 боткасы 3 жарма / Каша молочная 3 злака	150	100,12	200	140,98	250	176,24
2	Май қосылған сэндвич/ 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	Шырын/Сок фруктовый	200	86	200	86	200	86
	Калория мөлшері/ Калорийность		343,42		386,64		424,26
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Палау етпен/Плов с мясом	170/30	279,82	220/40	369,8	250/50	453,59
2	Шырын/Сок фруктовый	200	86	200	86	200	86
3	Алма/ Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
4	Қара бидай наны/ хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		475,47		572,54		658,69

Асхана жетекшісі

Медбике





Утверждено: Директор ТОО "Астана АиИл"
Лаптев А.С.



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

Дата: 13.05.2025г

		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 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
Калория мөлшері/ Калорийность			180,79		218,55		244,53
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 отварные	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
Калория мөлшері/ Калорийность			448,62		521,01		582,58

Асхана жетекшісі

Медбике







Утверждаю: Директор ТОО "Астана Аныл"
Лаптев А.С.

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

Дата: 14.05.2025г

Дата: 14.05.2025г

		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 сұлы ботқасы/Каша молочная геркулесовая	150	73,51	200	105,51	250	131,9
2	Коржик/Коржик	75	87,05	75	87,5	75	87,05
3	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
4	Кисель/ Кисель ягодный	200	51,05	200	51,05	200	51,05
	Калория мөлшері/ Калорийность		221,51		261,05		289,35
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Қуырылған ет/Мясо тушенное	50/30	251,39	65/40	333,63	80/50	418,36
2	Қартоп шоресі/Пюре картофельное	100	63,53	130	84,46	150	99,52
3	Кисель/ Кисель ягодный	200	51,05	200	51,05	200	51,05
4	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		375,87		486,13		588,28

Асхана жетекшісі
Медбике

А.С.

А.С.



