



Утверждено: Директор ТОО "Астана Аңг"
 Липин А.С.



Бекітемін:
 Мектеп директоры

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

Дата: 01.04.2025г

		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 тары ботқасы /Капа пшениная 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
Калория мөлшері/ Калорийность			224,82		263,66		291,23
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
Калория мөлшері/ Калорийность			359,09		465,58		561,31

Асхана жетекшісі

Медбике

А.С. Липин
В.С. Бекіт

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



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна Іш/Зд)

Дата: 02.04.2025г

№	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
Калория молшері/ Калорийность			287,74		348,99		405,5
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 пюресі/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
Калория молшері/ Калорийность			451,68		520,08		576,53

Асхана жетекшісі

Медбике

Медбике
Велик

Утверждено Директор ТОО "Астана АиИл"
Латип А.С.



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 1и/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: бұта 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 папы/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		371,98		439,97		501,28

Асхана жетекшісі

Медбике

Beauf



Утверждаю: Директор ТОО "Астана Аял" /
Латип А.С.



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

А.С. Латип
В.С. Медбике

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



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

Дата: 07.04.2025г

Дата: 07.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Ккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
		150	118,08	200	157,05	250	196,02
1	Сүт қосылған сулы ботқасы/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	Сыыр 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/Тречка 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)/ МЕНІО(Зима-Весна 2п/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
ТУСҚІ 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.



Бекітемін:
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ (Зима-Весна 2и/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	Сыыр 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 _____



Утаерждаю Директор ТОО "Астана АниИл"
Далин А.С.



Бектемин
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 нан/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 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 пшеница	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 _____

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



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

Дата: 14.04.2025г

		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 ботқасы 3 жарма / Каша молочная 3 злака	150	100,12	200	140,98	250	176,24
2	Май қосылған сәндвич/ 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

Утверждаю: Директор ТОО "Астана Аид" /
Лапин А.С.



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

Дата: 15.04.2025г



		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 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	Етпен 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

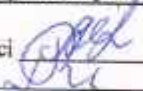
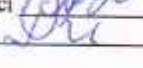
Утверждаю: Директор ТОО "Астана-Анн" 
Ладин А.С.



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

Дата: 16.04.2025г

№	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/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	Картоп поресі/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 



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



Бекітемін:
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ (Зима-Весна 3н/4д)

Дата: 17.04.2025г

		7-10 лет		11-14 лет		15-18 лет	
№	Наименование	Выход, гр.	Кккал	Выход, гр.	Ккал	Выход, гр.	Кккал
ТАҢҒЫ АС/ УТРЕННИЙ ЗАВТРАК							
1	Сүт қосылған 3 жарма ботқасы /Каша молочная вязкая 3 злака	150	139,12	200	185,03	250	230,94
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
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	Балық котлеті/ Котлеты рыбные	80	394,6	90	443,96	100	493,32
2	Ақ соус/Соус белый	20	8,11	25	10,14	30	12,17
3	Пісірілген күріш / Гарнир: рис припущенный	100	61,26	130	79,64	150	91,89
4	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	40,93	200	40,93	200	40,93
5	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		514,8		591,66		657,66

Асхана жетекшісі
Медбике

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



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



Дата: 18.04.2025г

№	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 / 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
			246,25		289,4		332,07
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Витаминді салат/Салат витаминный	60	33,55	80	42,84	100	56,3
2	Сыыр 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
	Калория мөлшері/ Калорийность		465,41		535,31		598,94

Асхана жетекшісі
Медбике

(Signature)



Утверждено: Директор ТОО "Астана АпиИл"
Лалин А.С.



Бекитіледі:
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 4ш/Ід)

Дата: 21.04.2025г

№	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
Калория мөлшері/ Калорийность			382,42		430,69		478,96
ТУСҚИ АС/ ОБЕД							
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
Калория мөлшері/ Калорийность			452,62		527,8		589,74

Асхана жетекшісі

Медбике

А.С. Лалин
М.Б. Медбике

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



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

Дата: 22.04.2025г

		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 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
	Калория мөлшері/ Калорийность		279,51		318,35		345,45
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
	Калория мөлшері/ Калорийность		437,19		532,9		618,99

Асхана жетекшісі
Медбике

(Signature)

Утверждено: Директор ТОО "Астана АниЛ"
Лаппи А.С.



Бекітемін:
Мектеп директоры

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНІО(Зима-Весна 4и/3д)

Дата: 23.04.2025г

		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 тоқаш/Булочка творожная	40	34,68	40	34,68	40	34,68
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Қара бидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	17	40	19,4
			199,34		244,01		283,97
1	Бефстроганов/Бефстроганов	50/30	273,91	65/40	362,39	80/50	450,91
2	Картоп пюресі/Картофельное пюре	100	63,53	130	84,46	150	99,52
3	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Қара бидай наны/ Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,4
	Калорийность, ккал		388,27		504,77		610,76

Асхана жетекшісі
Медбике

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



Бекітемін:
Мектеп директоры

Дата: 24.04.2025г.

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

		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 сұды ботқасы/Каша молочная геркулесовая	150	118,08	200	157,05	250	196,02
2	Ірімшік қосылған бутерброд/ Бутерброд с сыром	25	60,35	30	62,71	35	64,6
3	Кисель/Кисель	200	51,05	200	51,05	200	51,05
	Калория мөлшері/ Калорийность		229,48		270,81		311,67
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	Кисель/Кисель	200	51,05	200	51,05	200	51,05
6	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
	Калория мөлшері/ Калорийность		382,1		450,09		511,4

Асхана жетекшісі

Медбике

(Signature)

Утверждено Директор ТОО "Астана Аңыл"
Лапин А.С.



Бекітілді
Мектеп директоры

Дата: 25.04.2025г

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНЮ(Зима-Весна 4и/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 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	200	40,93	200	40,93	200	40,93
4	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
	Калорийность, ккал		321,83		364,98		408,12
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сыыр етінен жасалған котлет/Котлеты говяжьи	80	309,21	90	347,9	100	386,59
2	Пісірілген макарон/Макароны отварные	100	53,4	130	68,9	150	79,5
3	Томат тұздығы/Соус томатный	20	6,74	25	8,43	30	8,77
4	Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот	200	40,93	200	40,93	200	40,93
5	Қара бидай наны/Хлеб ржано-пшеничный	20	9,9	35	16,99	40	19,35
6	Алма/Яблоко	150	99,75	150	99,75	150	99,75
	Калорийность, ккал		519,93		582,9		634,89

Асхана жетекшісі

Медбике

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



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

Дата: 28.04.2025



№	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 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			290,66		328,42		354,4
ТҮСКІ АС/ ОБЕД							
1	Сыыр етінен жасылған 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 Қирақұмық/Трещка 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
Калория мөлшері/ Калорийность			455,98		512,73		559,08

Асхана жетекшісі
Медбике

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



АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНПО(Зима-Весна 1и/2д)

Дата: 29.04.2025г

		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 тары ботқасы /Каша пшениная 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
Калория мөлшері/ Калорийность			224,82		263,66		291,23
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
Калория мөлшері/ Калорийность			359,09		465,58		561,31

Асхана жетекшісі
Медбике

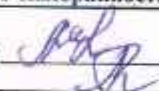
Утверждаю Директор ТОО "Астана Аял" 
Лапин А.С.



Дата: 30.04.2025г

АС МӘЗІРІ (Қыс - Көктем)/ МЕНІО(Зима-Весна Іш/Зд)

		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 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
	Калория мөлшері/ Калорийность		287,74		348,99		405,5
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 пюресі/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
	Калория мөлшері/ Калорийность		451,68		520,08		576,53

Асхана жетекшісі 

Медбике