

Ас мәзір
« 4 » 11 2024ж



Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
директоры: Г.М.Амирова
« 4 » 11 2024ж

1 алта 1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қызылша салаты	50	60	70	Қызылша қант зәйтүн майы	70 2 2	80 3 2	90 4 2
Палау (сывр еті)	200	230	250	сывр еті	100	100	100
				күріш	51	61	68
				күнбағыс майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				сәбіз	14	17	19
Шырын	150	150	150	шырын	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

1 апта 2-ші күн

« 5 » 11 Ас мәзір 2024ж

Атырау облысы Білім беру баскармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Т.Нүрпейісова жалпы орта мектебі КММ
директоры:  11 Г.М.Амирова 2024ж

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы күрке филесі	60/20	80/20	90/20	күрке филесі	93	97	105
				қызанақ пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				сәбіз	24	26	28
				бидай ұны	5	6	11
Гарнир: макарон	100	130	150	сары май	15	19	22
				макарон	50	60	70
				сары май	10	12	15
				тұз		1	1
				көптірілген жеміс	20	20	20
Көптірілген жемістерден компот С Дәрумені	200	200	200	кант	20	20	20
				С дәрумені	0,07	0,07	0,07
				алма	150	150	150
Алма	150	150	150				
Қара бидай наны	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрметті азы ауданы білім бөлімінің
Д.Нұрсейітова жалпы орта мектебі КЖМ
Декторы: _____
» 11 _____ Г.М.Амирова
2024ж

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Рагу (сыыр еті)	200	230	250	сыыр еті	100	100	100	
				қырыққабат	24	26	28	
				өсімдік майы	8	8	8	
				картоп	120	120	120	
				сәбіз	24	24	24	
				пияз	15	17	20	
С дәрумені қосылған кисель	200	200	200	кисель	5	5	5	
				қант	15	15	15	
				су	150	150	150	
Қара бидай наны	20	35	40	с дәрумені	0,07	0,07	0,07	
				бидай наны	20	35	40	

Лапта 4-ші күн

« 7 » _____ Ас мәзір
// _____ 2024ж

Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Деніснейсова жалпы орта мектебі КММ
директоры: _____ Г.М.Амирова
« 11 » _____ 2024ж



Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен бйточки	60	70	80	тауық филесі	90	100	110
				бидай наны	13	14	16
				пияз	20	23	25
				сүт	18	21	24
				сухари	8	9	10
				өсімдік майы	5	6	7
Тұздық	15	15	15	сары май	8	8	8
				сәбіз	24	26	28
				пияз	20	23	25
				бидай ұны	5	6	11
				Қызанақ пастасы	5	5	5
				Күріш	51	61	68
Гарнир: күріш	100	130	150	сары май	4	5	6
				кептірілген жеміс	20	20	20
				кант	20	20	20
Кептірілген жемістерден компот	200	200	200	С дәрумені	0,07	0,07	0,07
С Дәрумені							
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

1 апта 5-ші күн

Ас мәзір
« 8 » // 2024ж

Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Д.Нұрпейісов атындағы мектебі КММ
директоры: Г.М.Амирова
2024ж



Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кешпесі	200	200	200	сиыр еті	90	100	105
				сәбіз	6	20	9
				пияз	6	8	9
				өсімдік майы	6	8	9
				кеспе	36	47	54
Тәтті бәліш	60	70	80	сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
				жұмыртқа	25	25	25
				сары май	8	9	10
				манка жармасы	10	12	15
Лимон мен кант қосылған шай	200	200	200	шай	6	6	6
				қант	20	20	20
				лимон	8	8	8
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40

Запта 1-ші күн

« 11 » 11 2024ж

Ас мәзір

Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрман азы ауданы білім бөлімінің
Д.Нүрсейісова атындағы орта мектебі КЖММ
директоры: Г.М.Амирова
« 11 » 11 2024ж



Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Томат соусындағы тауық филесі	60/20	80/20	90/20	тауық филесі	90	110	135
				қызынақ пастасы	15	18	20
				пияз	20	23	25
				бидай ұны	5	6	11
				сәбіз	24	26	28
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	сары май	15	19	22
				карақұмық жармасы	51	60	70
				сары май	4	5	6
Лимон мен кант қосылған шай	200	200	200	шай	20	20	20
				кант	20	20	20
				лимон	0,07	0,07	0,07
Алма	150	150	150	алма	150	150	150
Қара бидай наны	20	35	40	кара бидай наны	20	35	40

2 апта 2-ші күн

« 12 » 11 Ас мезір 2024ж



Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Т.Нүрпейісова жалпы орта мектебі КЖМ
директоры
Г.М.Амирова
« 11 » 11 2024ж

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Сәбіз салаты	50	60	70	сәбіз	70	80	90	
Ет қоплеті (сыйр етінен)	60	70	80	қант	4	5	6	
				зәйтүн майы	2	2	3	
				сыйр еті	70	80	90	
				бидай наны	13	15	17	
				сүт	17	20	23	
Тұздық	15	15	15	сухари	7	8	9	
				өсімдік майы	5	6	7	
				сары май	8	8	8	
				сәбіз	24	26	28	
				бидай ұны	5	6	11	
Гарнир: макарон	100	130,00	150,00	қызанақ пастасы	5	5	5	
				макарон	36	47	54	
				сары май	12	16	18	
				кепірілген жемістер	20	20	20	
				қант	20	20	20	
С дәрумені қосылған кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	С дәрумені	0,07	0,07	0,07	
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40	

2-ші күн

« 13 » 11 2024ж

Атырау облысы Білім беру баскармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Д.Нүрпейісова жалпы орта мектебі ҚММ
директоры: Г.М.Амирова
« 12 » 11 2024ж



Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиентте рі	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қуырлықтан сыйыр еті (жаркое)	200	220	250	сыйыр еті	107	107	107
				картоп	134	134	134
				өсімдік майы	7	7	7
				пияз	12	12	12
				қызанақ пастасы	8	8	8
С дәрумені қосылған кисель	200	200	200	кисель	1	1	1
				кант	15	15	15
				с дәрумені	0,07	0,07	0,07
				су	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40	нан	20	35	40

Атырау облысы Білім беру басқармасының
 Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
 Д.Нүрпейісова жалпы орта мектебі КММ
 директоры: Г.М.Амброва
 « 13 » 11 2024ж

Ас мәзір
 « 14 » 11 2024ж

Запта 4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Балық котлеті	50	60	70	балық филесі	90	100	105	
				пияз	20	25	30	
				бидай наны	15	17	19	
				сүт	20	23	26	
				сухари	7	8	9	
				өсімдік майы	11	12	13	
				сары май	8	8	8	
Тұздық	15	15	15	сәбіз	24	26	28	
				бидай ұны	5	6	11	
				пияз	20	23	25	
				қызанақ пастасы	5	5	5	
				күріш	50	60	68	
				сары май	4	5	6	
				кепітірілген жеміс	5	5	5	
Гарнир: күріш	100	130	150	қант	15	15	15	
				су	200	200	200	
				с дәрумені	0,007	0,007	0,007	
С дәрумені қосылған кептірілген жемістерден қайнатылған компот	200	200	200	нан	20	35	40	
Кара бидай наны	20	35	40					

Запта 5-ші күн

Ас мәзір
« 15 » 11 2024ж



Атырау облысы Білім беру басқармасының
Құрманғазы ауданы білім бөлімінің
Д.Нүрпейісова жалпы орта мектебі КММ
директоры
Г.М.Амирова
« 14 » 11 2024ж

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ сорпасы	200	220	250	сильр еті	100	110	120
				картоп	50	55	60
				пияз	10	15	20
				сәбіз	15	15	15
				сары май	10	11	12
				бұршақ	30	35	40
				тұз	1	1	1
				сүзбе	60	70	80
				қант	10	10	10
				ванилин	1	1	1
Тәтті бәліш	60	70	80	жұмыртқа	25	25	25
				сары май	8	9	10
				манка жармасы	10	12	15
				шай	6	6	6
Лимон мен кант қосылған шай	200	200	200	қант	20	20	20
				лимон	8	8	8
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	20	35	40