

2024 жылына арналған бюджет қаражаты есебінен жалпы білім беретін мектептерде
бастауыш сынып оқушыларын тамақтандыруға арналған перспективалы екі
апталық (ұсынылатын) ас мәзірі

1 апта

1 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Котлет	80	Сиыр еті	90
		Нан	18
		Сүт	24
		Пияз	10
		Сұйық май	6
		Сары май	5
		Тұз	1
Қарақұмық	100	Қарақұмық	60
		Сары май	5
		Тұз	1
Салат (дәруменді)	70	Қырыққабат	40
		Сәбіз	20
		Сұйық май	10
		Қант	1
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40
Шәй (сүт, қант)	200	Шәй (сүт, қант)	122
Алма	150	Алма	150

1 апта

2 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Томат соусында бұқтырылған тауық еті	80	Тауық еті	100
		Пияз	25
		Сәбіз	20
		Сұйық май	15
		Сары май	9
		Тұз	1
		Томат	5
Макарон	100	Макарон	40
		Тұз	1
Салат (сәбіз)	70	Қырыққабат	25
		Сәбіз	25
		Сұйық май	5
		Қант	3
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40

1 апта

3 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Сиыр етінен палау	200	Сиыр еті	100
		Күріш	60
		Пияз	35
		Сұйық май	18
		Тұз	1
		Томат	12
		Сәбіз	35
Салат (қырыккабат)	70	Қырыккабат	65
		Сәбіз	25
		Сұйық май	10
		Қант	2
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40
Кисель	200	Кисель	24
Алма	150	Алма	150
Сыр	10	Сыр	10

1 апта

4 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Көкөніс қосылған балық	80	Минтай	160
		Сәбіз	60
		Пияз	30
		Томат	3
		Тұз	1
		Сұйық май	15
Картоп еzbесі	200	Картоп	180
		Сары май	10
		Сүт	75
		Тұз	1
Салат (қызылша)	70	Қызылша	35
		Сұйық май	10
		Тұз	2
Нан	40	Нан	40
Компот (кептірілген жеміс)	200	Кептірілген жеміс	20
		Қант	20

1 апта

5 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Қышқылтым көже	200	Картоп	80
		Арпа жармасы	20
		Пияз	30
		Сәбіз	28
		Тұздалған қияр	25
		Сары май	10
		Тауық еті	80
		Тұз	2
		Сұйық май	10
Алма	150	Алма	185
Шырын	200	Шырын	200
Сыр	10	Сыр	10
Нан	40	Нан	40

2 апта

1 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Тефтели	80	Сыр еті	100
		Нан	18
		Сүт	35
		Сұйық май	7
		Тұз	1
Көкөніс салаты	70	Қызылша	40
		Сәбіз	25
		Қырыққабат	45
		Сұйық май	10
		Тұз	1
Күріш	100	Күріш	60
		Сұйық май	7
		Тұз	1
Алма	150	Алма	150
Шай (сүт, қант)	200	Шәй (қант, сүт)	72
Нан	40	Нан	40

2 апта

2 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Жаркое	200	Тауық еті	90
		Картоп	120
		Сәбіз	30
		Пияз	30
		Томат	4
		Тұз	1
		Сұйық май	15
Салат (дәруменді)	70	Қырыққабат	25
		Сәбіз	25
		Қант	2
		Сұйық май	10
		тұз	1
Нан	40	Нан	40
Компот	200	Кептірілген жеміс	30
		Қант	10
Сүзбеше	150	Сүзбеше	60
Сыр	10	Сыр	10

2 апта

3 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Борщ	200	Қызылша	60
		Сәбіз	20
		Пияз	20
		Сұйық май	6
		Тұз	1
		Томат	8
		Картоп	96
		Тауық еті	100
		Қырыққабат	80
		Қанат	3
Ватрушка	150	Үн	55
		Ашытқы	2
		Сүт	50
		Қант	10
		Сары май	2
		Сұйық май	3
		Тұз	1
		Повидло	65
		Жұмыртқа	1
Кисель	200	Қант	10
		Кисель	30
Нан	40	Нан	40

2 апта

4 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Балық котлеті	80	Алабұға	140
		Нан	20
		Сүт	50
		Сұйық май	13
		Сары май	4
		Тұз	1
Салат (сәбіз)	70	Сәбіз	50
		Қант	2
		Сұйық май	10
		Тұз	1
Қарақұмық	100	Қарақұмық	60
		Сары май	20
		Тұз	1
Компот	200	Кептірілген жеміс	40
		Қант	20
Нан	40	Нан	40
Сыр	10	Сыр	10

2 апта

5 күн

Тағам атауы	1-4	Құрамы	Брутто, г
Сиыр етінен палау	200	Сиыр еті	72
		Күріш	80
		Пияз	35
		Сұйық май	18
		Тұз	1
		Сәбіз	35
		Томат	12
Салат (дәруменді)	70	Қырыққабат	40
		Қыздыша	40
		Сұйық май	10
		Қант	20
		Тұз	1
		Сәбіз	20
Шырын	200	Шырын	200
Алма	130	Алма	130
Нан	40	Нан	40