

БЕКМЕМІМ
ИП: Науразбаев
Науразбаев М.

КЕҢІССІДІ
№5 консепттың мектебін
тимшазысының директоры
Рахимбекова Ж.У.

Жаңы оқым беру үйымдарында оқушылардың тамастануан үйымдастыруға арналған 4
апталық перспективалық мәйір (жыс-коктем)

Тағамдардың атауы	Тағамның шығымы, г		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
Гапта			
1- күн			
Сары май қосылған сүтті тары ботқасы	150	200	200
Сары май мен ірімшік қосылған сэндвич бал	35	50	55
сүт пен кант қосылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5
алма	100	100	100
2 - күн			
мейіз қосылған қызылша салаты	60	100	100
Куырылған құс еті	200	200	200
Жеміс-жидек киселі	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40
3 - күн			
гуляш (сиыр еті)	80	100	100
гарнир: үгілмелі қаракүмық	100	150	150
Сүзбе шай	50 200	50 200	50 200
бидай \қара бидай наны	20	35	40
4 - күн			
ак қырықкабат, сәбіз салаты	60	100	100
қызылт лосось сорпасы	200/25	250/25	250/25
лимон мен кант қосылған шай	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40
5- күн			
ет котлеттері (пеште піскен) \ қызыл негізгі түздық	80\20	100\20	100\20
гарнир: суга піскен күріш	100	150	150
ірімшік салып пісірген нан	60	60	60
кептірілген жемістерден жасалған компот	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40



БЕКІТІМДІ
НП "Наурызбай"
Наурызов М.



КЕЛІСІЛДІ
265 консультатив мектебі
Гимназиясының директоры
Рахимбекова Ж.У.

Жаңы білім беру үйымдарында оқушылардың тамактануын үйымдастыруға арналған 4
алталақ перспективалық мәдір (күе- коктем)

Тагамдардың атауы	Тагамның шығымы, г		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 Ганта			
1- күн			
Сары май косылған «Достық» сүт сорпасы	150	200	200
Май мен ірімшік сэндвичі	35	50	55
Қант косылған шай	200/5	200/5	200/5
алма	100	100	100
2 - күн			
Ірімшік косылған сәбіз салаты	60	100	100
Үйде қуыру тәсілімен жасалған тагам жеміс-жидек киселі	200	200	200
бидай жара бидай наны	20	35	40
3 - күн			
Еттен жасалған тефтели(пеште піске) қызыл негізгі түздүк	80/20	100/20	100/20
Гарнир суга піскен, сары май косылған макарон	100	150	150
Ірімшік салып пісірілген нан	60	60	60
Көнтірілген жемістен жасалған тамак	200	200	200
бидай жара бидай наны	20	35	40
4 - күн			
Ақ қырықкабат пен сәбіз косылған салат	60	80	100
Қызылт лосось сорпасы	200/25	250/25	250/25
Лимон мен қант косылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5
бидай жара бидай наны	20	35	40
бал	5	5	5
5- күн			
Гуляш (сыр еті)	80	100	100
Сүзбе	50	50	50
шырын	200	200	200
бидай жара бидай наны	20	35	40



Жаңынан беру үйімдарында оқушылардың тамактастырылуға ариалған 4 апталық перспективалық мәзір (күнсө көктем)

Тәғамдардың атауы	Тәғамның шығымы, г		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
III апта			
1- күн			
Сүт пен сары май-косылған бидай ботқасы	120	200	200
Май мен ірімшік сэндвичі	35	50	55
алма	100	100	100
Сүтпен қант косылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5
2- күн			
Мейіз косылған қызылша салаты	60	100	100
Құс етінен жасалған палау	200	200	200
Жеміс жидек киселі	200	200	200
Бидай/кара билдай наны	30	35	40
3 - күн			
Гуляш (сиыр еті)	80	100	100
гарнир: үгілмелі каракүмық	100	150	150
сүзбе	50	50	50
қант косылған шай	200	200	200
Бидай/кара бидай наны	30	35	40
4 - күн			
сәбіз косылған ак қырыққабат салаты	60	100	100
қызғылт лосось сорпасы	200/25	250/25	250/25
лимон мен қант косылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5
бидай \ кара бидай наны	30	35	40
бал	5	5	5
5- күн			
домалак котлеттер (пеште піскен) \қызыл негізгі соус	80/20	100/20	100/20
гарнир: картоп пюресі \сары май	100	150	150
ірімшік салып пісірген нан)	60	60	60
кептірілген жемістен жасалған компот	200	200	2000
Бидай/кара бидай наны	30	35	40



БІЛДЕМІН
ИМЕ "Наурбасен"
Каирбайев М.



КЕЛІСІЛДІ
№5 консалины мектеп
гимназиясының директоры
Рахимбекова Ж.У.

Жаһам шығару үйнімдарында оқушылардың тамақтануаш үйнімдестерге арналған 4 апталық
перспективалық мәзір (қыс- көктем)

Тәғамдардың атауы	Тәғамның шығымы, г		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
IV апта			
1- күн			
Сары май косылған "Достық" сүт ботқасы	150	200	200
Май мен ірімшік сэндвичі	35	50	55
кант косылған шай	200/5	200/5	200/5
алма	100	100	100
2 - күн			
ірімшік косылған сәбіз салаты	60	100	100
үйде қуыру тәсілімен жасалған тәғам	200	200	200
жеміс-жидек киселі	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40
3 - күн			
ет тефтелі (пеште піскен) \ қызыл негізгі тұздық	80/20	100/20	100/20
сары май косылған суға піскен макарон	100	150	150
токаштар	60	60	60
кептірілген жемістен жасалған компот	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40
4 - күн			
ак қырықкабат, жана кияр және қызанак салаты	60	80	100
қызылт лосось сорласы	200/25	250/25	250/25
лимон мен кант косылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5
бидай \қара бидай наны	20	35	40
бал	5	5	5
5- күн			
гуляш (сыр еті)	80	100	100
гарнир: угілмелі карақұмык	100	150	150
сүзбе	50	50	50
шырын	200	200	200
бидай \қара бидай наны	20	35	40