

Бекітетін
«Хиуаз Досипұлова атындағы
№ 14 орта мектеп» КММ
директоры С. Шүттебаев
25 қараша 2024 ж.



Ас мәзірі
2 апта
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
Сағат 11.00-ге дейін							
«Достық» ботқасы	150	180	200	күріш	20	23	25
				тары	20	23	25
				сүт	80	100	115
				кант	7,3	9,5	9,8
				йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
				сары май	22	22,7	25
Нан ірімшік маймен	20/10	35/15	40/20	Бидай наны	20	35	40
				ірімшік	12	17	22
Тәтті шай	200	200	200	Қара шай	2	2	2
				шекер	20	20	20
жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
Сағат 11.00-ден кейін							
Палау сыыр етімен	150	180	200	Сыр еті	90	107	118
				Пияз	15	16	17
				Өсімдік майы	8	10	11
				күріш	51	61	68
				йодталған тұз	0,4	0,4	0,4
				сәбіз	14	17	19
Салат «Витаминка»	50	60	70	Ақ қанданды қырыққабат	26	31	36
				Сәбіз	6	7	8
				княр	1,1	1,3	1,5
				Аскөк/шөптесін	5	6	7
				Өсімдік майы	3	4	5
				йодталған тұз	0,7	0,8	1,0
				кант	4	6	8
				Нан	20	35	40
Тәтті шай	200	200	200	Қара шай	2	2	2
				шекер	20	20	20

Әлеуметтік педагог *Мүд* Н. Мунарбаева
Мейірбике *Жай* З.М. Байхожина
Аспаз *Кезел* Қуанышева М.С.

Бекітемін
 «Хиуаз Доспанова атындағы
 № 14 орта мектеп» КММ
 директоры С. Шүйтенов
 26 қараша 2019 ж.



Ас мәзірі
 2 апта
 2-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
Сағат 11.00-ге дейін, кейін							
Тоқаш «Школьная»	50	50	50	Бидай ұны(ж/с)	22	22	22
				жұмыртқа (меланж)	0,19	0,19	0,19
				йодталған тұз	0,01	0,01	0,01
				кант	10	15	20
				сүт	11	11	11
				Өсімдік майы	2	2	2
				ашытқы	1	1	1
Көкөніс бұқтырмасы	150	180	200	Құс еті	117	138	160
				картоп	54	64	72
				сәбіз	25	30	33
				асқабак	27	32	36
				пияз	12	14	16
				Ақ қауданды қырыққабат	42	48	52
				Өсімдік майы	7,5	9	10
				йодталған тұз	0,5	0,6	0,7
Кисель				кисель	24	24	24
				кант	10	10	10
				Лимон қышқылы	0,1	0,1	0,1
нан				Бидай наны	20	35	40

Әлеуметтік педагог *М.М.* Н. Мунарбаева
 Мейірбике *Р.Д.* З.Т. Байқолесова
 Аспаз *С.С.* Куанышева М.С.

Бекітемін
«Хиуаз Доспанова атындағы»
№ 14 орта мектеп» КММ
директоры С. Шүйтенов
27 сарына 2023 ж.



Ас мәзірі
2 апта
3-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
Сағат 11.00-ге дейін							
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	150	180	200	жүгері жармасы	40	47	49,4
				сүт	80	100	115
				кант	7,3	9,5	9,8
				йодталған тұз	0,7	0,8	0,8
				сары май	22	23	25
печенье	30	45	60	печенье	30	45	60
жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
Ара балы	10	10	10	Ара балы	10	10	10
сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Сағат 11.00-ден кейін							
Ет биточкілері	50/50	60/50	70/50	Сыр еті	105	115	125
				Бидай наны	14	16	18
				Пияз	20	23	27
				Кептірілген нан	8	9	10
				Өсімдік майы	5	6	7
				жұмыртка (меланж)	4	5	6
				Қызанақ пастасы	5	7	10
				сәбіз	25	25	25
Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	5	7	10
Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Кептірілген жеміс	20	20	20
				кант	20	20	20
жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Әлеуметтік педагог *М.С.* Н. Мунарбаева
Мейірбике *Н.С.* З.Т. Байқалиева
Аспаз *К.С.* Куанышева М.С.



Бекітемін
«Хиуаз Досжанова атындағы
№ 14 орта мектеп» ҚММ
директоры С. Шүйкенов
28 қараша 2024ж.

Ас мәзірі
2 апта
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
Сағат 11.00-ге дейін, кейін							
Сәбіз бен алма салаты	50	60	70	сәбіз	48	64	80
				алма	2	3	4
				қант	8	11	13
				өсімдік майы	5	6	8
Балық қоллеті	50/50	70/50	80/50	балық	123	143	163
				Бидай наны	7	9	11
				Сүт	13	18	20
				Пияз	20	23	27
				Ұн	7	9	11
				Қызанақ пастасы	6	6	6
				сәбіз	21	23	25
				Пияз	2	2	2
				Өсімдік майы	7	9	11
				Йодталған тұз	1	1	1
Картоп езбесі	100	130	150	картоп	126	150	174
				сүт	17	22	26
				сары май	7	9	10
Лимон сусыны	200	200	200	лимон	18	18	18
				қант	20	20	20
нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Әлеуметтік педагог *М.Қ.* Н. Мунарбаева
Мейірбике *В.А.* З.Т. Байтоқина
Аспаз *К.С.* Куанышева М.С.



Бекітемін
«Хиуаз Досмұқома атындағы
№ 14 орта мектеп» КЖМ
директоры С. Шүйтенов
29 қараша 2024ж.

Ас мәзірі
2 апта
5-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
Сағат 11.00-ге дейін							
Бұқтырылған ет	80	90	100	Сыыр еті	103	113	133
				пияз	20	23	27
				Өсімдік майы	3	5	7
				ұн	5	6	7
				сәбіз	25	25	25
макароны	100	130	150	макароны	33	43	55
				сары май	2	3	5
				йодталған тұз	1	1	1
Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Кептірілген жеміс	20	20	20
				қант	20	20	20
нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40
Сағат 11.00-ден кейін							
Бұқтырылған ет	80	90	100	Сыыр еті	103	113	133
				пияз	20	23	27
				Өсімдік майы	3	5	7
				ұн	5	6	7
				сәбіз	25	25	25
макароны	100	130	150	макароны	33	43	55
				сары май	2	3	5
				йодталған тұз	1	1	1
Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	Кептірілген жеміс	20	20	20
				қант	20	20	20
нан	20	35	40	Бидай наны	20	35	40

Әлеуметтік педагог
Мейірбике
Аспаз

Н. Мунарбаева
З.Т. Байтохши
Куанышева М.С.