

**Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі**

(қыс-көктем)

1 апта

Тағамдардың атауы	Шығу, г		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Құс етінен дайындалған палау	200	220	250
Сүт қосылған какао	200	200	200
Алма / маусымдық жеміс	120	120	120
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр етінен дайындалған митболдар	70	90	100
Қаймақ соусы	20	20	20
Картоп-сәбіз пюресі	130	150	180
«Денсаулық» сусыны	200	200	200
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50
3 – күн			
Көкөністер мен ірімшік қосылған тауықтың төсеті	70	90	100
Пісірілген макарон	130	150	180
Сүтқосылғаншай	200	200	200
Алма / маусымдық жеміс	120	120	120
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50
4 – күн			
Ақ қырыққабат пен алмадан жасалған салат	60	80	100
Албыртбалығынан (горбуша) дайындалған балық сорпасы	200	250	300
Ірімшік қосылған бутербродтық тоқаш / ірімшік қосылған бутерброд	50	50	50
Қант қосылған кептірілген жемістер компоты	200	200	200
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50
5 – күн			
Ірімшік қосылған бутерброд	65	65	65
Гуляш (сиыреті / жылқыеті)	70	90	100
Үгілмелі қарақұмық ботқасы	130	150	180
Жаңа алмадан дайындалған компот	200	200	200
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50

**Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі**

(қыс-көктем)

2 апта

Тағамдардың атауы	Шығу, г		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Құс етінен қуырыма	70	90	100
Шашыранды күріш	130	150	180
Сүт пен қантқ осылған шай	200	200	200
Алма / маусымдық жеміс	120	120	120
Қарабидай-бидайнаны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр етінен жасалған кірпік	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Пісірілген макарондар	130	150	180
Қант қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот	200	200	200
Қара бидайнаны/бидайнаны	30	50	50
3 – күн			
Құс етінен үйше қуырылған тағам	200	220	250
Сүтті какао	200	200	200
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидайнаны	30	50	50
4 – күн			
Балық фишболдары	70	90	100
Көкөністермен бірге шашыранды қарақұмық	130	150	180
Қаймақ соусы	20	20	20
Жаңа піскен алмадан дайындалған компот	200	200	200
Қарабидай-бидайнаны	30	50	50
5 – күн			
	65	65	65
Ет қосылған бұршақ сорпасы	70	90	100
Сүзбелі тоқаш / ватрушка	130	150	180
«Денсаулық» сусыны	200	200	200
Қарабидай-бидайнаны / бидайнаны	30	50	50

**Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі
(қыс-көктем)
3 апта**

Тағамдардың атауы	Шығу, г		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Тауық рагуы	200	220	250
Сүт қосылған какао	200	200	200
Алма / маусымдық жеміс	120	120	120
Бидай-қоңыр бидай нан / бидай наны	30	50	50
2 – күн			
Сиыр етінен жасалған кірпік	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Картоп-сәбіз пюресі	130	150	180
Жаңа піскен алмадан жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
3 – күн			
Көкөністері, ірімшігі бар тауық кеудесі	70	90	100
Пісірілген макарондар	130	150	180
Денсаулық сусыны	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Ақ қырыққабат пен алма салаты	60	80	100
Қызыл балық сорпасы (уха)	200	250	300
Ірімшікпен бутербродтық бәліш / ірімшікпен бутерброд	50	50	50
Құрғақ жемістерден қант қосылған компот	200	200	200
Бидай-қара бидай нан / бидай наны	30	50	50
5 – күн			
Палау (сиыр еті/жылқы еті)	200	220	250
Сүт және қант қосылған шай	200	200	200
алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50

**Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі**

(қыс-көктем)

4 апта

Тағамдардың атауы	Шығу, г		
	7-11 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 – күн			
Құс еті	200	220	250
Сүт және қант қосылған шай	200	200	200
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
2 – күн			
Ақ қырыққабат пен алмадан жасалған салат	60	80	100
Сиыр етінен жасалған митболдар	70	90	100
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Картоп пюресі	130	150	180
Қант қосылған құрғақ жемістерден жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
3 – күн			
Қаймақ тұздығындағы тауық еті	70	90	100
Балауызы бар шашыранды күріш	130	150	180
Сүтті какао	200	200	200
Алма/жеміс маусымы бойынша	120	120	120
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
4 – күн			
Балық фишболы	70	90	100
Балауызы бар шашыранды қаракұмық	130	150	180
Қаймақ тұздығы	20	20	20
Жаңа піскен алмадан жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50
5 – күн			
Пісірілген көкөністерден жасалған салат	60	80	100
Макрон өнімдері мен еті бар сорпа	200	250	300
Сүзбесі бар бөлке\ватрушка	50	50	50
Жаңа піскен алмадан жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны/бидай наны	30	50	50