



6-10, 11-18 жастағы оқушылардың I апталық ас мәзірі 2022-2023 жылдарға

		Мөлшері	Қоспаларымен
	Вермишель сорпасы	200-250гр	Вермишель ,картоп, сәбіз, пияз, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Тефтели	80-100-150гр	Сиыр еті, нан, пияз, ұн,сұйық май,тұз
	Гарнир: қарақұмық	100-150-180гр	Қарақұмық, өсімдік майы, тұз, тұздық
	Кисель	200гр	Кисель
	Нан	20-35-40гр	Нан
	Алма	150гр	Алма
сейсенбі	Балғын салат	200-250гр	Қызанақ, өсімдік майы, тұз, қияр
	Бұқтырылған сиыр еті	80-130-150гр	Сиыр еті, сәбіз, пияз, сұйық май, томат пастасы
	Гарнир: макарон	100-130-150гр	Макарон, сары май.
	Нан	20-35-40гр	Нан
	Кептірілген жемістен компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант
сәрсенбі	Балғын салат	200-250гр	Қияр, қызанақ, өсімдік майы, тұз
	Сүйек сорпасында піскен бұршақ	200-250гр	Картоп, бұршақ, сәбіз,пияз, өсімдік майы,тұз, дәмдеуіштер
	Бұқтырылған тауық еті	80-100-120гр	Тауық, пияз, тұздық, тұз, жасыл дәмдеуіш
	Гарнир: күріш	100-150гр	Күріш, сұйық май, тұз
	Витамин С мен кисель	200гр	Кисель концентраты
	Нан	20-35-40гр	Нан
	Алма	100гр	Алма
бейсенбі	Сиыр етінен палау	150-200-250гр	Сәбіз, өсімдік майы, сиыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Нан	20-35-40гр	Нан
	Балғын көкөніс салаты	50-60-80гр	Салат паправкасы, қырыққабат, сәбіз, қияр
	Кисель	200гр	Кисель, қант
жұма	Сүйек сорпасында борщ	200-250-300гр	Қызылша,пияз, орамжапырақ, сәбіз, аяжелкен, тұз, өсімдік майы , картоп
	Котлет етпен	80-100гр	Сиыр еті, сүт, крекер, өсімдік майы, жұмыртқа, тұз
	Ақ қара нан	20-35-40гр	Нан
	Картоп езбесі	115-140-150гр	Сары май, картоп, тұз, сүт
	Кепкен жемістен компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант

Медбике:
Жеке кәсіпкер:

А.Елеубаева
А.Атраубаева



18 жастағы оқушылардың 2-ші аптаның ас мәзірі 2022-2023 жылдарға

		Мөлшері	Қоспаларымен
	Дүң сәбіз		
	Сәбіз, көкөніс салаты	30-60-70гр	Орамжапырақ, қияр, сәбіз, өсімдік майы, тұз
	Рагу (сыыр етінен)	80-100гр	Сыыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Сүт	200гр	Сүт
	Алма	100гр	Алма
сейсенбі	Бидай ұнынан нан	20-35-40гр	Нан
	Картоп қосылған бұршақ (горох) сорпасы	200-250гр	Картоп, бұршақ (горох), пияз, сәбіз, өсімдік майы, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гуляш	150-200гр	Тауық еті, өсімдік майы, пияз, томат пастасы, ұн, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гарнир: қарақұмық	100-150гр	Қарақұмық, сары май
	Сүт қосылған шай қантпен	200гр	Шәй, қант, сүт
сәрсенбі	Ақ, қара нан	20-35-40гр	Нан
	Алма, қызылша, жүгері қосылған салат	60-80-100гр	Қызылша, жүгері, алма, қант, өсімдік майы
	Сүйек сорпасында орамжапырақ	200-250гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Картоп езбесі	100-120гр	Картоп, сүт, сары май, тұз
	Компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант
	Нан	20-35-40гр	Нан
бейсенбі	Ірімшік сүзбесі	50-70гр	Сүзбе, ұн, қант, сары май
	Сүйек сорпасында орамжапырақ	200-250гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Сүйек сорпасындағы сұлы	150-200-250гр	Сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, картоп, тұз
	Сыыр етінен палау	150-200-250гр	Сәбіз, өсімдік майы, сыыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Шәй	200гр	Шәй
	Нан	20-35-40гр	Нан
жұма	Сәбіз салаты	50-60-80гр	Сәбіз, өсімдік майы
	Үй кеспесі	200-250гр	Ұн, жұмыртқа, тұз, пияз, сары май
	Рагу сыыр етінен	180-250-300гр	Сыыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Кисель	200гр	Кисель
	Алма	100гр	Алма
	Нан	20-35-40гр	Нан

Медбике: *А.Елеубаева*
 Жеке кәсіпкер: *А.Аграубаева*



Мемлекетті бойынша жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін тегін ыстық тамақтың 1-ші аптаның 1 күндік ас мазірі 2022-2023 оқу жылы 6-10 жас

Күн аттары	Тағам атауы	Мөлшері	Қоспалары
Дүйсенбі	Вермишель сорпасы	200гр	сәбіз, пияз, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Тәфтели	60гр	Сыр еті, нан, пияз, ұн, сұйық май, тұз
	Тарнир қарақұмық	100гр	Қарақұмық, өсімдік майы, тұз, тұздық
	Кисель	112гр	Кисель
	Нан	20гр	Нан
	Алма	150гр	Алма

11-18 жас

Күн аттары	Тағам атауы	Мөлшері	Қоспалары
Дүйсенбі	Вермишель сорпасы	250гр	сәбіз, пияз, өсімдік майы, картоп, тұз, дәмдеуіштер
	Тәфтели	100-150гр	Сыр еті, нан, пияз, ұн, сұйық май, тұз
	Тарнир қарақұмық	150-180гр	Қарақұмық, өсімдік майы, тұз, тұздық
	Кисель	200гр	Кисель
	Нан	35-40гр	Нан
	Алма	150гр	Алма

Мектепке: *[Signature]*
 Жеке кәсіпкер: *[Signature]*
 А.Елеубаева
 А.Атұрабаева



Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі бойынша жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін тегін ыстық тамақтың 1-ші аптаның
1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сейсенбі	Балғын салат	200гр	Қызанақ, өсімдік майы, тұз, қияр
	Бұқтырылған сиыр еті	80гр	Сиыр еті, сәбіз, пияз, сұйық май, томат пастасы
	Гарнир: макарон	100гр	Макарон, сары май.
	Нан	20гр	Нан
	Кептірілген жеміс компоты	200гр	Кептірілген жемістер, қант

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сейсенбі	Балғын салат	250гр	Қызанақ, өсімдік майы, тұз, қияр
	Бұқтырылған сиыр еті	130-150гр	Сиыр еті, сәбіз, пияз, өсімдік майы, томат пастасы
	Гарнир: макарон	130-150гр	Макарон, сары май.
	Нан	35-40гр	Нан
	Кептірілген жеміс компоты	200гр	Кептірілген жемістер, қант

Медбике:

Жеке кәсіпкер:

А.Елеубаева

А.Атраубаева



Мектеп директоры:
А.Елеубаева

Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі бойынша жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін тегін ыстық тамақтың 1 -ші аптаның
1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сәрсенбі	Балғын салат	200гр	Қияр, қызанақ, өсімдік майы, тұз
	Сүйек сорпасында піскен бұршақ	200гр	Картоп, бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Бұқтырылған тауық еті соуспен	80гр	Тауық, пияз, тұздық, тұз, жасыл дәмдеуіш
	Гарнир: күріш	100гр	Күріш, сұйық май, тұз
	Витамин С мен кисель	200гр	Кисель концентраты
	Нан	20гр	Нан
	Алма	100гр	Алма

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сәрсенбі	Балғын салат	250гр	Қияр, қызанақ, өсімдік майы, тұз
	Сүйек сорпасында піскен бұршақ	250гр	Картоп, бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Бұқтырылған тауық еті соуспен	100-120гр	Тауық, пияз, тұздық, тұз, жасыл дәмдеуіш
	Гарнир: күріш	150гр	Күріш, сұйық май, тұз
	Витамин С мен кисель	200гр	Кисель концентраты
	Нан	35-40гр	Нан
	Алма	100гр	Алма

Медбике:  А.Елеубаева
Жеке кәсіпкер:  А.Атраубаева



Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі бойынша жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін тегін ыстық тамақтың 1-ші аптаның 1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Бейсенбі	Сыыр етінен палау	150гр	Сәбіз, өсімдік майы, сиыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Нан	20гр	Нан
	Балғын көкөніс салаты	50гр	Салат паправкасы, қырыққабат, сәбіз, қияр
	Кисель	200гр	Кисель, қант

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Бейсенбі	Сыыр етінен палау	200-250гр	Сәбіз, өсімдік майы, сиыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Нан	35-40гр	Нан
	Балғын көкөніс салаты	60-80гр	Салат паправкасы, қырыққабат, сәбіз, қияр
	Кисель	200гр	Кисель, қант

Медбике:
 Жеке кәсіпкер:

А.Елеубаева
 А.Атраубаева



Медбике: А.Елеубаева
Жеке кәсіпкер: А.Атраубаева

Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық орта мектебінің аясында жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін тегін ыстық тамақтың 1-ші аптаның

1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы

6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Жұма	Сүйек сорпасында борщ	200гр	Қызылша, пияз, орамжапырақ, сәбіз, ақжелкен, тұз, өсімдік майы, картоп, өсімдік майы
	Котлет етпен	80гр	Сыыр еті, сүт, крекер, өсімдік майы, жұмыртқа, тұз
	Ақ, қара нан	20гр	Нан
	Картоп еzbесі	115гр	Сары май, картоп, тұз, сүт
	Кепкен жемістен компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Жұма	Сүйек сорпасында борщ	250-300гр	Қызылша, пияз, орамжапырақ, сәбіз, ақжелкен, тұз, өсімдік майы, картоп
	Котлет етпен	100гр	Сыыр еті, сүт, крекер, өсімдік майы, жұмыртқа, тұз
	Ақ, қара нан	35-40	Нан
	Картоп еzbесі	140-150гр	Сары май, картоп, тұз, сүт
	Кепкен жемістен компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант

Медбике:

Жеке кәсіпкер:

А.Елеубаева

А.Атраубаева



Мемлекеттік қызметші: А.Елеубаева
Білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі
Бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін
тегін ыстық тамақтың 2-ші аптаның
I күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Дүйсенбі	Балғын көкөніс салаты	30гр	Орамжапырақ, қияр, сәбіз, өсімдік майы, тұз
	Рагу (сыыр етінен)	80гр	Сыыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Сүт	200гр	Сүт
	Алма	100гр	Алма
	Бидай ұнынан нан	20гр	Нан

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Дүйсенбі	Балғын көкөніс салаты	60-70гр	Орамжапырақ, қияр, сәбіз, өсімдік майы, тұз
	Рагу (сыыр етінен)	100гр	Сыыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Сүт	200гр	Сүт
	Алма	100гр	Алма
	Бидай ұнынан нан	35-40гр	Нан

Медбике:

А.Елеубаева

Жеке кәсіпкер:

А.Атраубаева



Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі бойынша жалғызға бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін

тегін ыстық тамақтың 2-ші аптаның
1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сейсенбі	Картоп қосылған бұршақ (горох) сорпасы	200гр	Картоп, бұршақ (горох), пияз, сәбіз, өсімдік майы, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гуляш	150гр	Тауық еті, өсімдік майы, пияз, томат пастасы, ұн, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гарнир: қарақұмық	100гр	Қарақұмық, сары май
	Сүт қосылған шәй қантпен	200гр	Шәй, қант, сүт
	Ақ, қара нан	20гр	Нан

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сейсенбі	Картоп қосылған горох сорпасы	250гр	Картоп, горох, пияз, сәбіз, өсімдік майы, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гуляш	200гр	Тауық еті, өсімдік майы, пияз, томат пастасы, ұн, тұз, жасыл дәмдеуіштер
	Гарнир: қарақұмық	150гр	Қарақұмық, сары май
	Сүт қосылған шәй қантпен	200гр	Шәй, қант, сүт
	Ақ, қара нан	35-40гр	Нан

Медбике:

Handwritten signature

А.Елеубаева

Жеке кәсіпкер:

Handwritten signature

А.Атраубаева



Мемлекеттік білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі
 Қызылша жазығына бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін
 тегін ыстық тамақтың 2 -ші аптаның
 1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
 6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сәрсенбі	Алма, қызылша, жүгері қосылған салат	60гр	Қызылша, жүгері, қант, өсімдік майы, алма
	Сүйек сорпасында орамжапырақ	200гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Картоп езбесі	100гр	Картоп, сүт, сары май, тұз
	Компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант
	Нан	20-гр	Нан
	Ірімшік сүзбесі	50гр	Сүзбе, ұн, қант, сары май

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Сәрсенбі	Алма, қызылша, жүгері қосылған салат	80-100гр	Қызылша, жүгері, қант, өсімдік майы, алма
	Сүйек сорпасында орамжапырақ	250гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Картоп езбесі	120гр	Картоп, сүт, сары май, тұз
	Компот	200гр	Кептірілген жемістер, қант
	Нан	35-40гр	Нан
	Ірімшік сүзбесі	70гр	Сүзбе, ұн, қант, сары май

Медбике: *А.Елеубаева* А.Елеубаева
 Жеке кәсіпкер: *А.Атраубаева* А.Атраубаева



Біріккен мемлекеттік коммуналдық мекемесі
Балқаш аудандық білім бөлімінің «Бірік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі
бойынша жалғыз бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін
тегін ыстық тамақтың 2-ші аптаның
1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Бейсенбі	Сүйек сорпасында орамжапырақ	200гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Сүйек сорпасындағы сұлы	150гр	Сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, картоп, тұз
	Сыыр етінен палау	150гр	Сәбіз, өсімдік майы, сыыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Шәй	200гр	Шәй
	Нан	20гр	Нан
	Сәбіз салаты	50гр	Сәбіз, өсімдік май

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Бейсенбі	Сүйек сорпасында орамжапырақ	250гр	Орамжапырақ, картоп, сәбіз, пияз, томат пастасы, өсімдік майы, тұз, дәмдеуіштер
	Сүйек сорпасындағы сұлы	200-250гр	Сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, картоп, тұз
	Сыыр етінен палау	200-250гр	Сәбіз, өсімдік майы, сыыр еті, күріш жармасы, пияз, тұз
	Шәй	200гр	Шәй
	Нан	35-40гр	Нан
	Сәбіз салаты	70гр	Сәбіз, өсімдік майы

Медбике:

А.Елеубаева

Жеке кәсіпкер:

А.Атраубаева


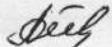


Баян ауданының білім бөлімінің «Бірлік орта мектебі» мемлекеттік коммуналдық мекемесі
бойынша жалғыз а бірдей міндетті білім беру қорынан және жалға алушы есебінен берілетін
тегін ыстық тамақтың 2-ші аптаның
1 күндік ас мәзірі 2022-2023 оқу жылы
6-10 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Жұма	Үй кеспесі	200гр	Ұн, жұмыртқа, тұз, пияз, сары май
	Рагу сиыр етінен	180гр	Сиыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Кисель	200гр	Кисель
	Алма	100гр	Алма
	Нан	20гр	Нан

11-18 жас

Күн аттары	Тағамдар	Мөлшері	Қоспалары
Жұма	Үй кеспесі	250гр	Ұн, жұмыртқа, тұз, пияз, сары май
	Рагу сиыр етінен	250-300гр	Сиыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, тұз
	Кисель	200гр	Кисель
	Алма	100гр	Алма
	Нан	35-40гр	Нан

Медбике:  А.Елеубаева
Жеке кәсіпкер:  А.Атраубаева