

«Бекітемін»



№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры
Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж.

1-ші апта 1-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Қызылша салаты (кесілген)	50	60	70	қызылша
				Қант
				Зәйтүн майы
Плов(сиыр еті)	200	230	250	Ет
				Күріш
				Күнбағ.май
				Пияз
Шырын	150	150	150	сәбіз
				шырын
Бидай наны	20	35	40	Нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры

Ж.Е.Атчибаева



« » 2024 ж

1-ші апта 2-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Томат тұздығындағы күркетауық филесі	60/20	80/20	90/20	Күркетауық филесі
				Томат пастасы
				Пияз
				Сәбіз
				Ұн
Гарнир: макарон	100	130	150	Сары май
				макарон
				Сары май
Кептірілген жемістерден компот С витаминімен	200	200	200	тұз
				Кептірілген жемістер
				Қант
Алма	150	150	150	С витамині
				Алма
Бидай наны	20	35	40	Нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры
Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

1-ші апта 3-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Рагу (сиыр етінен)	200	230	250	Сиыр еті
				Қырыққабат
				Күнбағыс майы
				Картоп
				Сәбіз
Пияз				
С витаминімен кисель	200	200	200	Кисель
				Қант
				Су
				Вит С
Нан	20	35	40	нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры

Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

1-ші апта 4-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Биточки (тауықтан)	60	70	80	Тауық ет
				Нан
				Пияз
				Сүт
				Кептірілген нан
Подлива	15	15	15	Күнбағыс майы
				Сары май
				Сәбіз
				Пияз
				Ұн
Гарнир: Күріш	100	130	150	Томат
				Күріш
С витаминімен кептірілген жемістерден КОМПОТ	200	200	200	Сары май
				Кептірілген жемістер
				Қант
Нан	20	35	40	Вит С
				Нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры

Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

1-ші апта 5-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Үй сорпасы кеспемен	200	200	220	Сыр еті
				Сәбіз
				Пияз
				Өсімдік майы
				кеспе
Запеканка	60	70	80	Сүзбе
				Қант
				Ванилин
				Жұмыртқа
				Сары май
				Жарма
Шәй қантпен және лимонмен	200	200	200	Шәй
				Қант
				лимон
Бидай наны	20	35	40	нан



«Бекітемін»
№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры
Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

2 - ші апта 1-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Қызанақ соусындағы тауық филесі	60/20	80/20	90/20	Тауық филесі
				Томат пастас
				Пияз
				Сәбіз
				Ұн
				Сары май
9,20Гарнир: Қарақұмық	100	130	150	Қарақұмық
				Сары май
Қантпен жәнелимонмен шәй	200	200	200	Шәй
				Қант
				Лимон
Алма	150	150	150	Алма
Нан	20	35	40	Нан



«Бекітемін»
№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры
Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

2-ші апта 2-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Сәбіз салаты	50	60	70	Сәбіз
				Қант
				Өсімдік майы
Котлеты (сыыр еті)	60	70	80	Сыыр еті
				Нан
				Сүт
				Сухари
				Өсімдік майы
Подлива	15	15	15	Сары май
				Сәбіз
				Ұн
				Пияз
				Томат пастасы
Гарнир: Макарон	100	130	150	Макарон
				Сары май
С витаминімен Кептірілген жемістерден кампот	200	200	200	Кептірілген жемістер
				Қант
				Витамин С
Нан	20	35	40	Нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры

Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

2-ші апта 3-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Бұқтырылған сиыр еті (жаркое)	200	220	250	Сиыр еті
				Картоп
				Өсімдік майы
				Сәбіз
				Пияз
				Томат пастасы
С витаминімен кисель	200	200	200	Кисель концентрат
				Қант
				Су
				Вит С
Нан	20	35	40	Нан

«Бекітемін»

№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры

Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

2-ші апта 4-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Балық котлеті	80	90	100	Балық филесі
				Пияз
				Нан
				Сүт
				Сухари
				Өсімдік майы
Подлива	15	15	15	Сары май
				Сәбіз
				Ұн
				Пияз
				Томат пастасы
Гарнир: күріш	100	130	150	Күріш
				Сары май
Кептірілген жемістерден С витаминімен компот	200	200	200	Кептірілген жемістер
				Қант
				Вит С
Нан	20	35	40	Нан



«Бекітемін»
№40 З.Қабдолов атындағы жалпы
білім беретін мектеп директоры
Ж.Е.Атчибаева

Ас мәзірі

«__» _____ 2024 ж

2-ші апта 5-күн

Тағам атауы	Тағамның шығуы			Тағам құрамы
	7-10	11-14	15-18	
Бұршақ сорпасы	200	220	250	Сиыр еті
				Картоп
				Пияз
				Сары май
				Сәбіз
				Бұршақ
				тұз
Запеканка	60	70	80	Сүзбе
				Қант
				Ванилин
				Сары май
				Жұмыртқа
				Ұнтақ жармасы
Қант және лимон қосылған шәй	200	200	200	Шәй
				Қант
				Лимон
Нан	20	35	40	Нан