

Келісемін:

ШҚО Білім басқармасының
«Тарбағатай ауданы бойынша
білім бөлімі» ММ – нің басшысы
С.Н. Даутбаева



Бекітемін:

«А.Байтұрсынов атындағы орта
мектебі» КММ-нің директоры:
Б.Т.Такиров



**Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы
Тарбағатай ауданы бойынша білім бөлімінің
«А.Байтұрсынов атындағы орта мектебі» КММ –нің
2024-2025 оқу жылында 1 – 4 сынып оқушылары мен
әлеуеттік жағдайы төмен оқушыларға
тегін ыстық тамақпен қамтылатын
бір реттік тағамның ас мәзірі**

1 апта

№6 кресло.

№320 кресло.

1 – ші күн

Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Күріш ботқасы	200 гр	Күріш	35	
		Сары май	25	
		Сүт	55	
		Тұз	1	
		Қант	25	
Сыр	10 гр	Сыр	10	
Печенье	25 гр	Печенье	25	
Нан	50 гр	Нан	50	
Чай (қантпен)	200 гр	Қант	5	
		Чай	5	

2 – ші күн

Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Қуырдақ	80/150	Сиыр еті	130	
		Өсімдік майы	20	
		Тұз	1	
		Сәбіз	30	
		Картоп	200	
		Пияз	25	
		Сәбіз	25	
		Томат	10	
Кампот	200 гр	Кепкен қақ	20	
		Қант	25	
Қара нан	35 гр	Қара нан	35	
Салат	50 гр	Қияр	50	
		Помидор	50	
		Тұз	1	
Алма	200	Алма	200	

3 – ші күн

Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Кеспе көже (сүйек еті)	120 гр	Сүйек еті	130	
		Картоп	30	
		Кеспе	35	
Кисель	200 гр	Кисель	35	
Нан	50 гр	Нан	50	
Салат (винегрет)	50 гр	Қызылша	35	

		Сәбіз	35	
		Картоп	45	
		Пияз	25	
		Өсімдік майы	7	
Конфет	25 гр	Конфет	25	

4 – ші күн

Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Манная каша	200 гр	Манная	40	
		Қант	30	
		Сүт	55	
		Сары май	30	
		Тұз	1	
Нан	50 гр	Нан	50	
Айран	200 гр	Айран	200	
Салат (қияр, памидор)	50 гр	Қияр	50	
		Памидор	50	
Пряник	37 гр	Пряник	37	

5 – ші күн

Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Плов (сиыр етінен)	200 гр	Күріш	40	
		Сиыр еті	120	
		Өсімдік майы	25	
		Сәбіз	25	
		Пияз	25	
		Тұз	1	
Кампот	200 гр	Кепкен қық	20	
		Қант	25	
Нан	50 гр	Нан	50	
Салат (капуста, сәбіз, қияр)	50 гр	Капуста	40	
		Сәбіз	30	
		Қияр	10	
		Пияз	10	
		Өсімдік майы	7	
		Тұз	1	
Банан (1 шт)	150 гр	Банан	150	

2 апта

1 – ші күн				
Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Геркулес ботқасы	200 гр	Геркулес	40	
		Сары май	25	
		Сүт	55	
		Тұз	1	
		Қант	25	
Айран	200 гр	Айран	200	
Алма	200 гр	Алма	200	
Нан	50 гр	Нан	50	
Салат (қияр, памидор)	50 гр	Қияр	50	
		Памидор	50	
2 – ші күн				
Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Рассольник (сүйек еті)	200 гр	Сиыр еті	130	
		Тұздалған қияр	10	
		Тұз	1	
		Перловка	20	
		Картоп	30	
		Лавр жапырағы	5	
Кампот	200 гр	Кепкен қак	20	
		Қант	25	
Нан	50 гр	Нан	50	
Салат (винегрет)	50 гр	Қызылша	35	
		Сәбіз	35	
		Картоп	45	
		Пияз	25	
		Өсімдік майы	7	
Вафли	35 гр	Вафли	35	
3 – ші күн				
Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Күріш ботқасы	200 гр	Күріш	35	
		Сары май	25	
		Сүт	55	

		Тұз	1	
		Қант	25	
Пряник	37 гр	Пряник	37	
Нан	50 гр	Нан	50	
Чай (кантпен)	200 гр	Қант	5	
		Чай	5	
Салат (қияр, памидор)	50 гр	Қияр	50	
		Памидор	50	

4 – ші күн				
Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Кеспе көже (сүйек еті)	120 гр	Сүйек еті	130	
		Картоп	30	
		Кеспе	35	
Кисель	200 гр	Кисель	35	
Нан	50 гр	Нан	50	
Айран	200 гр	Айран	200	
Салат (капуста)	50 гр	Капуста	40	
		Сәбіз	30	
		Қияр	10	
		Пияз	10	
		Өсімдік майы	7	
		Тұз	1	
Конфет	25 гр	Конфет	25	

5 – ші күн				
Тағам атауы	Салмағы	Тамақтың құрамы	Грамы	Бағасы
Қуырдақ	80/150	Сиыр еті	130	
		Өсімдік майы	20	
		Тұз	1	
		Сәбіз	30	
		Пияз	25	
		Сәбіз	25	
		Томат	10	
Нан	50 гр	Нан	50	
Салат (қияр, памидор)	50 гр	Қияр	50	

		Памидор	50	
Чай (қантпен)	200 гр	Қант	5	
		Чай	5	
Банан	150 гр	Банан	150	