

Жеке кәсіпкер

«НП Хамзина А. Е.»

« 2025ж.

Бекітемін

«Өтес жалпы орта білім беретін мектеп» КММ директоры М. А.

Г. Есетова

« 2025ж.

2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі « 2025ж.

I апта

Дүйсенбі

	Атауы /таңғы ас/	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сүтті күріш ботқасы	0.180	0.200	0.250
2	қара нан	0.30	0.50	0.50
3	тәтті шай	0.200	0.200	0.200
4	сары май	0.10	0.10	0.10
5	ірімшік	0.10	0.15	0.20
/Түскі ас/				
1	Қайнатылған еті бар кеспе	0.200	0.220	0.250
2	тәтті шай	0.200	0.200	0.200
3	қара нан	0.30	0.50	0.50

Сейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	құс етінен ас бұршақ сорпасы	0.200	0.250	0.300
2	компот	0.200	0.200	0.200
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50

Сәрсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Сиыр етінен палау	0.100	0.120	0.140
2	алма	0.100	0.100	0.100
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200
4	Қара нан	0.30	0.50	0.50

Бейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Тауық етінен болоньезе пастасы	0.200	0.220	0.250
2	компот	0.200	0.200	0.200
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50

Жұма

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сиыр етінен котлет	0.70	0.90	0.100
2	Қызыл тұздық	0.20	0.20	0.20
3	Қайнатылған қарақұмық	0.130	0.150	0.180
4	Қара нан	0.30	0.50	0.50
5	кисель	0.200	0.200	0.200

Жеке кәсіпкер: А. Хамзина
Диетолог: Ж. Тасмағұлова
Аспазшы: Г. Қ. Бисекенова

« »

«2» 09

Папта

	Атауы /таңғы ас/	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сүтті ботка	0.180	0.200	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200
4	ірімшік	0.10	0.10	0.10
	/Түскі ас/			
1	Көкөніс және тауық етімен қарақұмық ботқасы	0.200	0.220	0.250
2	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сиыр етінен палау	0.200	0.220	0.250
2	Сүзбе салынған бөлке	0.60	0.60	0.60
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
4	компот	0.200	0.200	0.200

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	күс етінен асбұршақ сорпасы	0.200	0.250	0.300
2	жеміс /алма/	0.100	0.100	0.100
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
4	кисель	0.200	0.200	0.200

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Нан салма	0.200	0.250	0.300
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	компот	0.200	0.200	0.200

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Туралған құс еті бар картоп гратені	0.200	0.220	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200

Аспазшы: Бисекенова Г. К. Бисекенова

Жеке кәсіпкер Хамзина А. Е.
«ИП Хамзина А. Е.»
«__» 2025ж.

Бекітемін Г. Есетова
«Өтес жалпы орта білім беретін мектеп» КММ директоры м. а.
Г. Есетова
«2» 09 2025ж.

2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі «15/18 09 2025ж.
III апта

Дүйсенбі

	Атауы /таңғы ас/	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сүтті ботка	0.180	0.200	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200
4	Крекер печеньесі	0.30	0.30	0.30
/Түскі ас/				
1	құс етінен асбұршақ сорпасы	0.200	0.250	0.300
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200

Сейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Қайнатылған еті бар кеспе	0.200	0.220	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	компот	0.200	0.200	0.200

Сәрсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Көкөніс және тауық етімен қарақұмық боткасы	0.200	0.220	0.250
2	жеміс /алма/	0.100	0.100	0.100
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
4	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200

Бейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сиыр етінен котлет	0.70	0.90	0.100
2	«Көктем» көкөніс қосылған күріш	0.130	0.150	0.180
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
4	компот	0.200	0.200	0.200

Жұма

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Тауық етінен паста «болоньезе»	0.200	0.220	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200

Жеке кәсіпкер: Хамзина А.
Диетолог: Ж. Тасмағұлова
Аспазшы: Г. К. Бисекенова

Жеке кәсіпкер
«НП Хамзина А. Е.»
«__» _____ 2025ж.



Бекітемін
«Өтес жалпы орта білім беретін мектеп» ҚММ директоры м. а.
Г. Есетова
«2» 09 2025ж.



2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі «22-16» 09 2025ж.

IV апта

Дүйсенбі

	Атауы /таңғы ас/	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сүтті ботка	0.180	0.200	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200
4	Крекер печеньесі	0.30	0.30	0.30
/Түскі ас/				
1	Макарон және ірімшік қосып пісірілген құстың төс еті	0.200	0.220	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	Тәтті шай	0.200	0.200	0.200

Сейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сныр етінен палау	0.200	0.220	0.250
2	Қара нан	0.30	0.50	0.50
3	кисель	0.200	0.200	0.200

Сәрсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	құс етінен үй кеспе сорпасы	0.200	0.250	0.300
2	жеміс /алма/	0.100	0.100	0.100
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
4	компот	0.200	0.200	0.200

Бейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Көкөніс қосылған сныр етінен рагу	0.200	0.220	0.250
3	Қара нан	0.30	0.50	0.50
5	кисель	0.200	0.200	0.200

Жұма

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Тауық етінен «Ежика»	0.70	0.90	0.100
2	Көкөніс қосылған қарақұмық	0.130	0.150	0.180
3	Сүзбе қосылған бөлке	0.60	0.60	0.60
4	Қара нан	0.30	0.50	0.50
5	компот	0.200	0.200	0.200

Жеке кәсіпкер: А. Хамзина
Диетолог: Ж. Тасмағұлова
Аспазшы: Г. Қ. Бисекенова

