



2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі « Р.Б. 01 » 2026ж.

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
<b>/Түскі ас/</b>				
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	Сыыр 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	сыыр 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.Е. А. Хамзина  
 Диетолог: Н. Н. Төркенова  
 Аспазшы: Т. Қ. Бисекенова



Жеке кәсіпкер  
«НП Хамзина А. Е.»

« »



Бекітемін

«Өтес жалпы орта білім беретін мектеп» КММ

директоры М. А. Г. Есстова

«8»



2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі «8-13» 12 2025ж.

II 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	ірімшік	0.10	0.10	0.10
<b>/Түскі ас/</b>				
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

Сейсенбі

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

Сәрсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	құс 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

Бейсенбі

	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

Жұма

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	Туралған құс еті бар картоп гратени	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: А. Хамзина  
Медбике: Н. Төркенова  
Аспазшы: Г. Қ. Бисекенова



Жеке кәсіпкер  
«ИП Хамзина А. Е.»

« 2025ж.



Бекітемін  
«Өтесжалық облыс орталау мектеп» КММ  
директоры А. Есетова

« 2025ж.



2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі « 15 » 2025ж.

III апта

Дүйсенбі

	Атауы /таңғы ас/	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сүтті ботқа	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 ботқасы	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

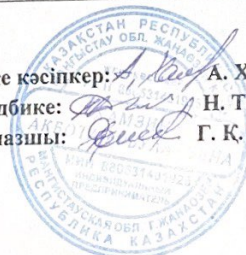
Бейсенбі

	Атауы	6-10жас	11-14жас	15-18жас
		салмағы	салмағы	салмағы
1	сыыр 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

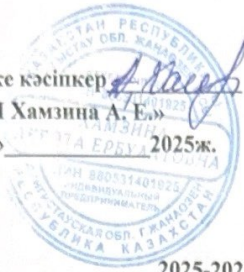
Жұма

	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: А. Хамзина  
Медбике: Н. Төрекенова  
Аспазы: Г. Қ. Бисекенова



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



Бекітемін *Р. Бисекенова*  
«Өтес жалпы білім беретін мектеп» КММ  
директоры м. а. Г. Есегова  
«24» 11 2025ж.



2025-2026 оқу жылына арналған ас мәзірі «24» 11 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
	<b>/Түскі ас/</b>			
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	сиыр 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 сиыр 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* А. Хамзина  
Медбике: *Н. Төрекенова* Н. Төрекенова  
Аспазшы: *Г. Қ. Бисекенова* Г. Қ. Бисекенова