

Бекітемін
Мектеп директоры Н.В.Целых

2023 жылға арналған Қызылжар ауданың жалпы білім беретін мектептерінде 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (жаз-күз)

| Тағамдардың атауы | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. |
|---|---------------------|---------------------|---------------------|
| | 6 (7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
| I апта | | | |
| Дүйсенбі | | | |
| Сүтті күріш ботқасы | 150 | 200 | 200 |
| Бал қосылған пісірілген нан | 30 | 30 | 30 |
| Лимон қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сейсенбі | | | |
| Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қияр салаты | 60 | 100 | 100 |
| Үй қуырдағы | 150 | 200 | 200 |
| Кисель | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сәрсенбі | | | |
| Үй кеспесі сорпасы | 200 | 250 | 250 |
| Ірімшік қосылған пісірілген нан | 40 | 40 | 40 |
| Сүт қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Бейсенбі | | | |
| Балық тефтелдері | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: пісірілген күріш | 100 | 150 | 150 |
| Жаңа піскен жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Жұма | | | |
| Ет котлеттері | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: картоп пюресі | 100 | 150 | 150 |
| Жеміс | 100 | 100 | 100 |
| Қант қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |

Мектеп директоры  Н.В.Целих

2023 жылға арналған Қызылжар ауданың жалпы білім беретін мектептерінде 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (жаз-күз)

| Тағамдардың атауы | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. |
|--|---------------------|---------------------|---------------------|
| | 6 (7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
| II апта | | | |
| Дүйсенбі | | | |
| Ірімшік қосылған макарондар | 150 | 200 | 200 |
| Коржик | 40 | 40 | 40 |
| Сүт қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сейсенбі | | | |
| Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қызанақ салаты | 60 | 100 | 100 |
| Сиыр етінен жасалған палау | 150 | 200 | 200 |
| Кептірілген жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сәрсенбі | | | |
| Көкөніс сорпасы | 200 | 250 | 250 |
| Жеміс | 100 | 100 | 100 |
| Қант қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Бейсенбі | | | |
| Балық кесектері | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: пісірілген макарон | 100 | 150 | 150 |
| Кисель | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Жұма | | | |
| Тауық еті қосылған көкөніс бұқтырмасы | 150 | 200 | 200 |
| Ірімшік қосылған пісірілген нан | 40 | 40 | 40 |
| Лимон қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |

Мектеп директоры  Н.В.Целых



2023 жылға арналған Қызылжар ауданын жалпы білім беретін мектептерінде 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (жаз-күз)

| Тағамдардың атауы | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. |
|--|---------------------|---------------------|---------------------|
| | 6 (7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
| III апта | | | |
| Дүйсенбі | | | |
| Сүтті ботқа | 150 | 200 | 200 |
| Пісірілген жұмыртқа | 1 дана | 1 дана | 1 дана |
| Қант қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сейсенбі | | | |
| Өсімдік майы қосылған жаңа піскен көкөніс салаты (кияр, қызанақ) | 60 | 100 | 100 |
| Бұқтырылған тауықтар | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: пісірілген қарақұмық | 100 | 150 | 150 |
| Кисель | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сәрсенбі | | | |
| Котлеты мясные | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: пісірілген макарон | 100 | 150 | 150 |
| Сүт қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Бейсенбі | | | |
| Бөктірілген балық | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: картоп пюресі | 100 | 150 | 150 |
| Кептірілген жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Жұма | | | |
| Көкөніс қосылған картоп сорпасы | 200 | 250 | 250 |
| Қатты ірімшік | 20 | 25 | 30 |
| Табиғи шырын | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |

Мектеп директоры **Бертеміні** Н.В.Цельх



**2023 жылға арналған Қызылжар ауданын
жалпы білім беретін мектептерінде 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (жаз-күз)**

| Тағамдардың атауы | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. | Тағамның шығуы, гр. |
|--------------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| | 6 (7)-10 жас | 11-14 жас | 15-18 жас |
| IV апта | | | |
| Дүйсенбі | | | |
| Сүтті тары ботқасы | 150 | 200 | 200 |
| Бал қосылған пісірілген нан | 30 | 30 | 30 |
| Лимон қосылған шәй | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сейсенбі | | | |
| Өсімдік майы қосылған витамин салаты | 60 | 100 | 100 |
| Ет тефтелдері | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: жарма | 100 | 150 | 150 |
| Жана піскен жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Сәрсенбі | | | |
| Үй кеспесі | 200 | 250 | 250 |
| жеміс | 100 | 100 | 100 |
| Кисель | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Бейсенбі | | | |
| Балық котлеттері | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: піскен күріш | 100 | 150 | 150 |
| Кептірілген жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |
| Жұма | | | |
| Көкөністермен бұқтырылған ет | 80 | 100 | 100 |
| Гарнир: пісірілген макарон | 100 | 150 | 150 |
| Кептірілген жеміс компоты | 200 | 200 | 200 |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 |