

МАҢҒЫСТАУ ОБЛЫСЫНЫҢ
БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ
«АҚТАУ ҚАЛАСЫ БОЙЫНША
БІЛІМ БӨЛІМІ»
МЕМЛЕКЕТТІК МЕКЕМЕСІ



ГОСУДАРСТВЕННОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОТДЕЛ
ОБРАЗОВАНИЯ ПО ГОРОДУ
АКТАУ» УПРАВЛЕНИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ
МАНГИСТАУСКОЙ ОБЛАСТИ

130000, Қазақстан Республикасы, Манғыстау облысы
Ақтау қаласы, 4-шағын аудан 8/3-үй,
телефон/факс: 8(7292) 33-25-29

130000, Республика Казахстан, Мангистауская область
город Актау, микрорайон 4, 8/3 здания
телефон/факс: 8 (7292) 33-25-29

01-16 № 1059
29.08.2024 ж.

Жалпы білім беретін
мектеп директорларына

Білім бөлімі, 2024-2025 оқу жылына арналған 2 апталық перспективалық ас мәзірін және мектеп жасындағы балаларға тамақ дайындаудың технологиялық картасын жолдайды.

Қосымша: электрондық нұсқада. (2 апталық перспективалық ас мәзірі-11 бет, технологиялық карта- 159 бет.)

Бөлім басшысы м.а.

Т.Кульметенова

Г.Тлеукулова,
87016100334

Тағамның атауы	Бірінші апта, 2-ші күні			Тағамның ингредиенттері	Бірінші апта, 2-ші күні		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр				брутто/гр		
Сыр еті қосылған бұқтырылған күріш	150	200	230	сыр еті	61	73	80
				күріш жармасы	51	61	68
				өсімдік майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				сәбіз	14	17	19
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	қырықсабат	58	78	98
				сәбіз	7	9	11
				қант	4	5	6
				өсімдік майы	6	8	10
Кептіріліген жемістен компот	200	200	200	кептіріліген жеміс	1	1	1
				лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				қант	5	5	5
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					484	541	582

kyf



«Келісемін»
Ақтау қаласының
Білім бөлімінің басшысы
Д.Жұмашева
2024 жыл



«Бекітемін»
Ақтау қаласы бойынша
Білім бөлімінің басшысы м.а.
Т.Жұлметенова
23.08.2024 жыл

Ақтау қаласы бойынша 2024-2025 оқу жылындағы білім алушыларға ұйымдастырылған
ыссы тамақтың екі апталық ас мәзірі
/жаз-күз/

Бірінші апта, 1-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30	34,5	38
				сүт	105	121	131
				қант	8	12	13
				йодталған тұз	1	1	1,5
Сары май	8	12	13	сары май	8	12	13
Сүзбеше	50	50	50	сүзбеше	50	50	50
Ара балы қосылған шай	205	205	205	ара балы	5	5	5
				шай	200	200	200
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					504	557,5	586,5

Handwritten signature

Бірінші апта, 4-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Құс еті қосылған үй кеспесі	200	230	250	құс еті	28	33	40
				сәбіз	20	25	30
				жұмыртқа	1	3	3
				ұн	4	5	7
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
				жуа	2	2	2
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	қызылша	50	50	50
				қант	3	3	3
				алма	7	7	7
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	кептірілген жемістен	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					564	664	740

24.

Бірінші апта, 5-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	бұршақ	16	18	20
				сыр еті	61	73	80
				сәбіз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	кептірілген жеміс	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					590	637	664

ky

Екінші апта, 1-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сүтке пісірілген күріш	200	230	250	күріш	26	35	42
				сүт	105	121	131
				секер	5	6	7
				йодталған тұз	1	1	1,5
Сары май	5	6	8	сары май	5	6	8
Ірімшік	2	3	3	ірімшік	2	3	3
Ара балы қосылған шай	205	205	205	ара балы	5	5	5
				шай	200	200	200
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					452	500	528,5

Бірінші апта, 3-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Тефтели сорпасы	200/25	230/25	250/25	тартылған сиыр еті	28	33	40
				сәбіз	11	13	14
				пияз	9	10	11
				картоп	1	1	1,5
				қызанақ пастасы	3	3	3
				өсімдік майы	4	5	5
				йодталған тұз	1	1	1
				күріш	16	18	20
Жеміс шырыны	200	200	200	жеміс /алма,өрік, мультивитамин/	200	200	200
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					713	764	793

Handwritten signature

Екінші апта, 3-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Құс етімен рассольник /арпамен/	200	230	250	картоп	20	23	25
				пияз	15	17	19
				Лимон қышқылы	0,2	0,2	0,2
				өсімдік майы	9	10	11
				сәбіз	20	25	30
				құс еті	28	33	40
				арпа	26	35	42
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
Кептіріліген жемістен компот	200	200	200	кептіріліген жеміс	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					602	634	651

Екінші апта, 4-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сыр етімен борщ	200	230	250	қызылша	30	35	38
				қырыққабат	23	26	28
				қызанақ пастасы	5	6	7
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				пияз	7	8	9
				йодталған тұз	1,5	2	2
				өсімдік майы	3	3	3
еіыр еті	61	73	80				
Жеміс шырыны	200	200	200	жеміс шырыны	200	200	200
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					573,5	618	643

кеп

Екінші апта, 2-ші күн

Тағамның атауы	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Бұқтырылған сыр еті	80	90	100	сыр еті	61	73	80
				сәбіз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
қызанақ	7	10	12				
Гарнир бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	26	35	42
Сары май 82	4	5	6	сары май	4	5	6
Алма қосылған қызылша салаты	60	60	60	қызылша	50	50	50
				өсімдік майы	6	6	6
				алма	0,2	0,2	0,2
Кептіріліген жемістен компот	200	200	200	кептіріліген жеміс	1	1	1
				қант	5	5	5
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					490	561	625

ky

Екінші апта, 5-ші күн

	80	90	100		61	73	80
Сыыр етімен күріш сорпасы	80	90	100	сыыр еті	61	73	80
				күріш	26	35	42
				картоп	0,4	0,4	0,4
				сәбіз	8	9	10
				ақжелкен	2	2	2
				өсімдік майы	8	11	13
				йодталған тұз	1,5	2	2
Дәруменді салат	60	80	100	жуа	7	8	9
				қияр	24	32	40
				қызанақ	18	24	30
				қырыққабат	17	23	29
Кисель	200	200	200	өсімдік майы	8	11	15
				кисель	4	4	4
Қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
					460	531	586
Калориялығы, ккал							