

КАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ



«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ

РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТИУБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТИУБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

ГУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОДА АКТОБЕ»

030002, Ақтөбе қаласы, Қ.Сәтпаев көшесі, 16 Б
факс 71-25-76, email:aktgoroo@rambler.ru

030002 город Актобе, ул. К.Сатпаева, 16 Б
факс 71-25-76, email:aktgoroo@rambler.ru

12.01.2024 № 02-03/63

Мектеп басшыларына!

«Ақтөбе қаласының білім бөлімі» ММ «Ақтөбе облысының білім басқармасы» ММ-нің 09.01.2024 жылғы №01-14/65 хатын жұмыс үшін жолдайды. Қосымшада көрсетілгендей ас мәзірін 15.01.2024 жылдан бастап іске асыру қажеттілігін хабарлаймыз.

Қосымша: 10 бет.

Ақтөбе қаласы білім
бөлімінің басшысы

М.Косымбаева

орын: У.Орынбаева
тел: 8(708)471-25-76
8(7132)71-25-76

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ

«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ
БІЛІМ БАСҚАРМАСЫ» ММ



РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТИУБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТИУБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

030010, Ақтөбе қаласы, Әбілқайырхан даңғылы, 40
тел : (7132) 56-85-00 кеңсе: 56-85-02

2024 жылғы «09» қаңтар

№ 01-14/65

**Ақтөбе қалалық,
аудандық білім бөлімдеріне**

Ақтөбе облысының білім басқармасы жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыруға арналған перспективалық ас мәзірінің жаңа нұсқасын жұмыс барысында басшылыққа алу және қолдану үшін жолдайды.

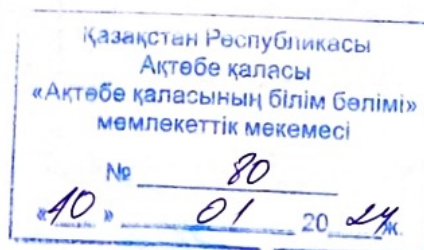
Ақтөбе облысы бойынша жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыруға арналған перспективалық ас мәзірі жұмыс тобы мәжілісінің хаттамасы негізінде бекітілді.

Қосымша: 9 бетте

Басқарма басшысы

Ж.Сұлтан

Орынд.: *А.Мырзағали*
Тел.: 8(7132) 56-85-63
a.myrzagali@aktobe.gov.kz





Бөксетемір тораға
 Ақтөбе облысы білім басқармасының басшысы Ж.Сұлтан
 05.01.2024 жыл
 (Ақтөбе облысындағы жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыру бойынша жұмыс тобының мәжілісінің хаттамасы)

Ақтөбе облысы жалпы білім беретін мектептердің жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін ыстық тамағын ұйымдастыруға арналған 2 апталық АС МӘЗІРІ

Ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға 603 теңге

1 апта
 1-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығым, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сағат 11.00-ге дейін									
Ғары жармасынан жасалған ботқа	Каша пшениая	150	180	200	Ғары жармасы сүт қант	крупя пшениая молоко сахар	40	47	49
Ірімшікпен жасалған бутерброд	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	Йодталған тұз сары май бидай наны	масло сливочное хлеб пшеничный сыр	22	23	25
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукт	12	17	22
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай шөкер	Чай байховый сахар	2	2	2
Сағат 11.00-ден кейін									
Ет тефтелі соусымен	Тефтели говядины с соусом	100	130	150	Сыыр еті пияз	мясо говядина лук	105	115	125
		55/50	65/50	75/50	Өсімдік майы күріш	масло растительное рис	4	5	6
					Жұмыртқа (меланж) ұн	яйцо (меланж) мука	5 3	9	11
					Қызанақ пастасы сәбіз	томат паста морковь	5 6	6	8
					Макаронны сары май	макаронны масло сливочное	20 33	22	25
							2	3	5
Макаронны	Макаронны отварные	100	130	150					

	Йодталған түз	соль	Брутто, г		
			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ізгі май	Қара май	Чай бабырмашы	1	1	1
Жемістер	кайт	сахар	20	20	20
Нан	Жемістер	фрукты	150	150	150
	Хлеб	хлеб пшеничний	20	35	40

1 апта
 2-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау құс етінен	Плов из курицы	150	180	200	Құс еті	Мясо курицы	117	138	160
Ақ қаулаңды қырыққабат салаты	Салат из капусты с зеленью	50	60	70	өсімдік майы сәбіз пияз күріш ақ қаулаңды қырыққабат	масло растительное морковь лук рис капуста белокочанная	8	10	11
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	шөптесін /петрушка/ сәбіз өсімдік майы	зелень петрушка морковь масло растительное	6	8	10
Нан	Хлеб	20	35	40	кептірілген жеміс кайт бидай паны	сухофрукты сахар хлеб пшеничный	20	20	20
							20	35	40

1 апта
 3 күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы сүт кайт йодталған түз сары май бидай ұлы (ж/с) сүзбеше	крупя кукурузная молоко сахар соль масло сливочное мука в/с творог	40	47	49,4
							80	100	115
							7,3	9,5	9,8
							0,7	0,8	0,8
							22	23	25
							22	22	22
							11,5	11,5	11,5

Сағат 11.00-ге дейін

Сүбеіне касылган юланы/Вагтрушка/	Вагтрушка с творогом	50	50	50	жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	0,19	0,19	0,19
		10	10	10	йодталған тұз	соль	0,01	0,01	0,01
		200	200	200	кайт	сахар	10	10	10
		150	150	150	сүт	молоко	11	11	11
					өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
Ара балы	Мед	10	10	ашытқы	дрожжи	1	1	1	
Сүт	Молоко	200	200	ара балы	мед	10	10	10	
Жемістер	Фрукты	150	150	сүт	молоко	200	200	200	
				Жемістер	фрукты	150	150	150	

Сағат 11.00-ден кейін

Ет котлеті соусмен	Котлеты из говядины с соусом	50/50	60/50	70/50	сыыр еті	мясо говядина	105	115	125
					пияз	лук	20	23	27
Былтырап піскен қарақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
					нан	хлеб пшеничный	14	16	18
Кетгірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					ун	мука	5	6	8
Паш	Хлеб	20	35	40	кызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	25	25	25
Бұқтырылған құс еті кок- оністермен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	қарақұмық	крупа гречка	48	62	71
					жармасы	масло сливочное	4	5	6
Паш	Хлеб	200	200	200	сары май	соль	1	1	1
					йодталған тұз	сухофрукты	20	20	20
				кетгірілген	сахар	20	20	20	
				кайт	хлеб пшеничный	20	35	40	

1 янта
4-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	Печенье	30	45	60
Бұқтырылған құс еті кок- оністермен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	құс еті	Мясо курицы	140	150	170
					пияз	лук	15	18	21
					өсімдік майы	масло растительное	6	7	8
					шөгінсіз/ петрушка	зелень петрушка	8	9	10

Гражданин
орала либо доготовлен
распространяется

Наименование блюда	Тагамның шыгымы, г			Игридисетты	Брутто, г			
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Гарнир: кырыккабат буқтырмаксы	Капуста тушаная	100	130	150	Йолталган туз	1	1	1
					сөбіз	15	18	20
					кырыккабат	143	186	215
					пияз	5	7	8
					сөбіз	3	4	5
					кызанақ пастасы	9	12	14
					бидай ұшы	1	1	1
					кант	3	4	5
					өсімдік майы	4	5	6
					масло растительное	24	24	24
Кисель	Кисель	200	200	200	кисель	10	10	10
					кант	0,1	0,1	0,1
					лимон қышқылы	20	35	40
Хлеб	Хлеб	20	35	40	хлеб пшеничный	20	35	40

1 анги
5-ші күн

Тагамның атауы	Наименование блюда	Тагамның шыгымы, г			Тагамның ингредиенттері	Игридисетты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Салат "Витаминка"	Салат "Витаминка"	50	60	70	ак қауданды	капуста	26	31	36
					кырыккабат	белокочанная	6	7	8
Картоп сиыр етімен	Жаркое по домашнему	150	180	200	сөбіз	морковь	1,1	1,3	1,5
					кыяр	огурец	5	6	7
					Асков/шоптесін	Укроп/петрушка	3	4	5
					өсімдік майы	масло растительное	0,7	0,8	1,0
					Йолталган туз	соль	4	6	8
					кант	сахар	90	107	118
					сиыр еті	мясо говядина	15	18	20
					пияз	лук	6	7	8
					өсімдік майы	масло растительное	7	8	9
					кызанақ пастасы	томат паста	150	180	200
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	картоп	картофель	18	18	18
					лимон	лимон	20	20	20
					кант	сахар	20	35	40
Хлеб	Хлеб	20	35	40	хлеб пшеничный	20	35	40	

СВОИМ ОБЯЗАТЕЛЬСТВОМ
 ТАКИМ ОРГАНИЗАЦИЯМ, ТАК И НАМ
 И ДРУЖЬЕ

1 апта
 6 күн

Тагамның атауы	Наименование блюда	Тагамның шығымы, г			Тагамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз қосылған қырыққабат салаты	Салат из капусты с морковью	50	60	70	ак қауданды қырыққабат сәбіз өсімдік майы	капуста белокачанная морковь масло растительное	25,6 15 3	30,7 18 4	15,8 21 5
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	йодталған тұз қант сыыр еті пияз	соль сахар мясо говядина лук	0,7 4 103 20	0,8 6 113 23	1,0 8 133 27
Макаронны	Макаронны отпарные	100	130	150	өсімдік майы	масло растительное	3	5	7
Итмұрын сусыны	Напиток из шиповника	200	200	200	ун сәбіз макаронны сары май	мука морковь макаронны масло сливочное	5 25 33 2	6 25 43 3	8 25 55 5
Нан	Хлеб	20	35	40	йодталған тұз Итмұрын қант бидай наны	соль шиповник сахар хлеб пшеничный	1 20 20 20	1 20 20 35	1 20 20 40

2 апта
 1-ші күн

Тагамның атауы	Наименование блюда	Тагамның шығымы, г			Тагамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сағат 11.00-ге дейін									
"Достық" ботқасы	Каша дружба молочная	150	180	200	күріш тары сүт қант	рис пшено молоко сахар	20 20 80 7,3	23 23 100 9,5	25 25 115 9,8
Нан ірімшек маймен	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	йодталған тұз сары май	соль масло сливочное	0,7 22	0,8 22,7	0,8 25
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	бидай наны ірімшік Қара шай шекер	хлеб пшеничный сыр Чай байховый сахар	20 12 2 20	35 17 2 20	40 22 2 20
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150
Сағат 11.00-ден кейін									

Имя	Хлеб	20	35	40	бидай напы	хлеб пшеничный	20	35	40
Тағамның атауы	Наименование блюда	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз бен алма салаты	Салат из моркови с яблоком	50	60	70	сәбіз алма қант	морковь яблоко сахар	48 2 8	64 3 11	80 4 13
Балық котлеті	Котлеты рыбные	50/50	70/50	80/50	өсімдік майы балық бидай напы сүт пияз ун	масло растительное рыба судак хлеб пшеничный молоко лук мука	5 123 7 13 20 7	6 143 9 18 23 9	8 163 11 20 27 11
Қартон сәбізі	Картофельное пюре	100	130	150	қызанақ пастасы сәбіз пияз	томат паста морковь лук	6 21 2	6 23 2	6 25 2
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	өсімдік майы йодталған тұз	масло растительное соль	7 1	9 1	11 1
Нан	Хлеб	20	35	40	картон сүт сары май лимон қант	картофель молоко масло сливочное лимон сахар	126 17 7 18 20	150 22 9 18 20	174 26 10 18 20

2-апта
5-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	сыыр еті пияз өсімдік майы	мясо говядина лук масло растительное	103 20 3	113 23 5	133 27 7
Макароньы	Макароньы отварные	100	130	150	ун сәбіз макароньы сары май йодталған тұз	мука морковь макароньы масло сливочное соль	5 25 33 2 1	6 25 43 3 1	8 25 55 5 1

Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	кайт	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта
6-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Голубцы (желік) етпен және күрішпен, соуспен	Голубцы лепные с соусом	200	200	200	ак қауданды	капуста	103	103	103
					қырыққабат	белокочанная			
					сұйыр еті	мясо говядина	100	100	100
					күріш жармасы	крупа рис	10	10	10
					пияз	лук	14	14	14
					өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					қаймақ	сметана	16	16	16
					ұн	мука	5	5	5
					сәбіз	морковь	7	9	11
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Нан	Хлеб	20	35	40	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					кайт	сахар	20	20	20