

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ

«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ



РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

ГУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОДА АКТӨБЕ»

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

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

12.01.2023 № 02-03/30

Мектеп басшыларына!

«Ақтөбе қаласының білім бөлімі» ММ «Ақтөбе облысының білім басқармасы» ММ-нің 11.01.2023 жылғы №5/113 хатын жұмыс үшін жолдайды.

Қосымша: 5 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) 98-11-41 кеңсе: 98-11-17

2023 жылғы «11» 01

№ 5/113

**Ақтөбе қалалық және аудандық
білім бөлімдерінің басшыларына**

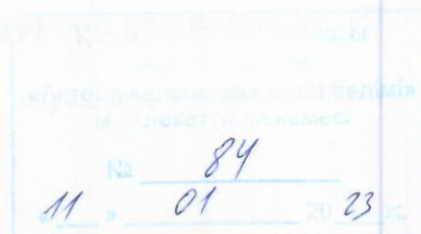
Ақтөбе облысының білім басқармасы облыс бойынша жалпы білім беретін мектептердің жекелеген санаттағы білім алушыларының тегін ыстық тамағын ұйымдастыруға арналған 2 апталық ас мәзірін мектептерге енгізу үшін жолдайды.

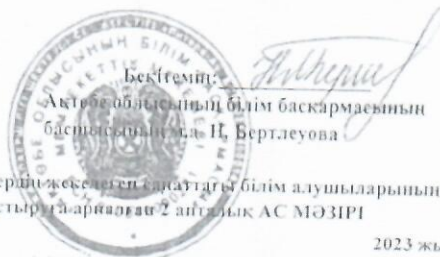
Қосымша 2023 жылғы ас мәзір 4 бетте.

Басқарма басшысының орынбасары

Д. Жаманбаева

Орындаған: Б. Айтбаева, 98-11-31





Бекітемін:
Ақтөбе облысының білім басқармасының
басшысының орынбасары Н. Бертлеуова

Ақтөбе облысы бойынша жалпы білім беретін мектептердің жекелеген категориядағы білім алушыларының
тегін ыстық тамағын ұйымдастыруға арналған 2 айлық АС МӘЗІРІ

2023 жыл

Ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға 507 теңге

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтели соусымен	55/50	65/50	75/50	сniр етi	105	115	125
				пияз	20	25	31
				өсiмдiк майы	4	5	6
				күрiш	5	9	11
				жұмыртқа	3	4	5
				ұн	5	6	8
				қызанақ пастасы	6	6	6
				сәбiз	20	22	25
Макарона	100	130	150	макарона	33	43	55
Сүт	200	200	200	сары май	2	3	5
Ара балы	15	15	15	сүт	200	200	200
Сүзбеше	100	100	100	ара балы	15	15	15
Нан	20	35	40	сүзбеше	100	100	100
				бидай наны	20	35	40

1 апта
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палду тауық етiнен	150	180	200	Тауық етi	117	138	160
				өсiмдiк майы	8	10	11
				сәбiз	18	20	24
				пияз	15	17	19
				күрiш	50	60	68
Аққанды қырыққабат салаты	60	70	80	ақ қанды қырыққабат	50	60	70
				шөптесiн /петрушка/	6	8	10
				сәбiз	20	25	30
				өсiмдiк майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				лимон қышқылы	0,1	0,1	0,1
Жемiстер	150	150	150	Жемiстер	150	150	150
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

1 апта
3 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет котлетi соусымен	50/50	60/50	70/50	сniр етi	105	115	125
				пияз	20	23	27
				өсiмдiк майы	5	6	7
				нан	14	16	18
				жұмыртқа	4	5	6
				ұн	5	6	8
				қызанақ пастасы	6	6	6
				сәбiз	25	25	25
Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	4	5	6
				водталан тұз	1	1	1

Қырыққабат пен қыяр салаты	60	70	80	қырыққабат	48	56	64
				қыяр	12	15	19
				пияз	8	11	13
				өсімдік майы	5	6	7
				сәбіз	20	25	30
Сок	200	200	200	Сок	200	200	200
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

1 апта
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүзбешден запеканка	150	150	150	сүзбеше	166	166	166
				жарма ұнтағы	10	10	10
				қант	12	12	12
				жұмыртқа	4	5	6
				сары май	5	5	5
				үй	5	5	5
Бұқтырылған балық	60/50	70/50	80/50	қаймақ	45	45	45
				балық	123	143	163
				үй	7	9	11
				өсімдік майы	7	9	11
				сәбіз	21	23	25
				пияз	20	23	27
Күрші	100	130	150	йодталған тұз	1	1	1
				күрші	37	48	55
				сары май	5	7	9
				йодталған тұз	1	1	1
Кептірілген жеміс компоты	200	200	200	кептірілген жеміс	18	18	18
				қант	20	20	20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

1 апта
5 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қартоп сиыр етімен	150	180	200	сиыр еті	90	107	118
				пияз	15	18	20
				өсімдік майы	6	7	8
				қызанақ пастасы	7	8	9
				картоп	150	180	200
Айран	200	200	200	айран	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150

2 апта
1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау сиыр етімен	150	180	200	сиыр еті	107	107	107
				пияз	15	16	17
				өсімдік майы	8	10	11
				күрші	51	61	68
				йодталған тұз	0,4	0,4	0,4
				сәбіз	14	17	19
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100
Ара балы	15	15	15	ара балы	15	15	15
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

2 апта
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық еті	70	80	100	тауық еті	140	150	170
				пияз	15	18	20
				өсімдік майы	6	7	8
				шоптесін /петрушка/	8	9	10
				бодталған тұз	1	1	1
сәбіз	15	18	20				
Пісірілген макарон	100	130	150	макарон	23	43	55
				сары май	3	3	3
Сүзбешеден запеканка	150	150	150	сүзбеше	166	166	166
				жарма ұнтағы	10	10	10
				жұмыртқа	4	5	6
				сары май	5	5	5
				ун	5	5	5
				қаймақ	45	45	45
				қант	12	12	12
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Айран	200	200	200	айран	200	200	200
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

2 апта
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет ботқалары	50/50	60/50	70/50	сiыр етi	105	115	125
				бидай наны	14	16	18
				пияз	20	23	27
				кестiрiлген нан	8	9	10
				өсiмдiк майы	5	6	7
				жұмыртқа	4	5	6
				қызылқанды пастасы	5	7	10
				сәбіз	25	25	25
Батырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	5	7	10
Кестірілген жеміс компоты	200	200	200	кестірілген жеміс	18	18	18
				қант	20	20	20
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

2 апта
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балзын коконост салаты	60	70	80	ак клуданды қырыққабат	50	60	70
				сәбіз	30	32	35
				өсімдік майы	3	5	6
				пияз	6	8	10
Бұқтырылған балық	60/50	70/50	80/50	балық	125	143	163
				ун	7	9	11
				өсімдік майы	7	9	11
				сәбіз	21	23	25
				пияз	20	23	27
				бодталған тұз	1	1	1
Картоп	100	130	150	картоп	126	150	174
				сүт	17	22	26
				сары май	7	9	10
Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				лимон қышқылы	0,1	0,1	0,1
Жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40

5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
лұбы (жалқау) етпен және құршпен, соуспен	200	200	200	ақ қауданды	103	103	103
				сыздықсабақ	100	100	100
				сұйыр ет	10	10	10
				күріш жармасы	14	14	14
				пияз	4	5	6
				өсімдік майы	16	16	16
				қаймақ	5	5	5
Жемістер	150	150	150	жемістер	150	150	
Сөк	200	200	200	сөк	200	200	
Нан	20	35	40	бидай нан	20	35	40