



Бекітемін
Ы. Алтынсарин
«атындағы мектеп»
КММ директоры
Ж.С. Жамангар



Ас мәзірі

(I-IV сыныптар 2022-2023 жыл)

17.10.2022 ж.

Сүтке пісірілген ботка май қосылған	200 гр.	229 кал.
Нан	20/10 гр.	45 кал.
Какао	200 гр.	215 кал.
Печенье	30 гр.	20 кал.

18.10.2022 ж.

Қөкөністерден жасалған салат	50 гр.	45 кал.
Палау	200 гр.	225 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

19.10.2022 ж.

Қуырылған соустағы тефтель	80/20 гр.	125 кал.
Макарон тағамдары	130 гр.	155 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Лимонмен шай	200 гр.	18 кал.

20.10.2022 ж.

Сиыр етінен қосылған сорпасы	200 гр.	198 кал.
Нан	20 гр.	54 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

21.10.2022 ж.

Тұшпара маймен	200 гр.	185 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Табиғи шырын	200 гр.	19 кал.

22.10.2022 ж.

Қуырылған соустағы котлеті	80/20 гр.	125 кал.
Пісірілген қарақұмық	130 гр.	135 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Табиғи шырын	200 гр.	19 кал.

Варианты меню могут меняться по дням недели.

Медбибі _____
Аспаз _____
Мердігер _____

Бекітемін
Ы. Алтынсарин
«атындағы мектеп»
КММ директоры
Ж.С. Жамангарин



Ас мәзірі (Всеобуч 2022-2023 жыл)

17.10.2022 ж.

Сүтке пісірілген ботқа май қосылған	250 гр.	229 кал.
Май қосылған нан	20/10 гр.	55 кал.
Какао	200 гр.	215 кал.
Печенье	30 гр.	20 кал.

18.10.2022 ж.

Көкөністерден жасалған салат	50 гр.	45 кал.
Щи	250 гр.	115 кал.
Палау	200 гр.	225 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

19.10.2022 ж.

Борш	250 гр.	115 кал.
Қуырылған соустағы тефтель	80/20 гр.	125 кал.
Макарон тағамдары	130 гр.	155 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Лимонмен шай	200 гр.	18 кал.

20.10.2022 ж.

Сиыр етінен қосылған сорпасы	200 гр.	198 кал.
Шұжық қосылған нан	208/20 гр.	54 кал.
Дәрумендлер компоты	200 гр.	17 кал.

21.10.2022 ж.

Жарма қосылған сорпа	250 гр.	128 кал.
Тұшпара маймен	200 гр.	185 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Табиғи шырын	200 гр.	19 кал.

22.10.2022 ж.

Жарма қосылған сорпа	250 гр.	128 кал.
Қуырылған соустағы котлеті	80/20 гр.	125 кал.
Пісірілген қарақұмық	130 гр.	135 кал.
Нан	20 гр.	29 кал.
Табиғи шырын	200 гр.	19 кал.

Варианты меню могут меняться по дням недели.

Медбибі _____
Аспаз _____
Мердігер _____