

Келісемін:

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының
«Арқалық қаласы білім бөлімінің Б.Майлин
атындағы № 7 Жалпы білім беретін мектебі» коммуналдық
мемлекеттік мекемесінің
Директоры Ахатов Н.А.

Бекітемін:

ЖК Мукаева Б. К.

2025 ж. Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Арқалық қаласы білім бөлімінің Б.Майлин атындағы жалпы білім беретін мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесінің мектеп оқушыларына арналған ыстық тамақтың апталық ас мәзірі.

Жаз – күз 1 апта

№ п/п	Тамақ атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Сейсенбі 02.09.2025 ж.	шығуы	шығуы	шығуы
1	Жаңа піскен қызанақ пен қияр салаты	60	100	100
2	Сиыр етімен қосылған палау	180	250	250
3	Кисель	200	200	200
4	Бидай наны	20	35	40
	Сәрсенбі 03.09.2025 ж.			
1	Пеште пісірілген ет тефтелиі	80	100	100
2	Негізгі қызыл соус	20	20	20
3	Гарнир: Қайнатылған макарон	100	150	150
4	Жеміс – жидек компоты	200	200	200
5	Бидай наны	20	35	40
	Бейсенбі 04.09.2025 ж.			
1	Бұршақ сорпасы	200	250	300
2	Алма	120	120	120
3	Қант қосылған қара шәй	200/5	200/5	200/5
4	Бидай наны	20	35	40
	Жұма 05.09.2025 ж.			
1	Борщ (қырыққабат, картоп, сиыр еті)	200	250	250
2	Бал қосылған коржик	60	60	60
3	Жеміс – жидек компоты	200	200	200
4	Бидай наны	20	35	40

Медбике:

Медбике

Бекітімін:
Қостанай облысы әкімінің басқармасының
«Арқалық қаласы білім бөлімінің Р.Майлин
атындағы жалпы білім беретін мектебі» коммуналдық
мемлекеттік мекемесінің
Директоры Ахатов Н.А.



Ас мәзірі шағын орталық

№	Таңғы ас	Граммдағы массалық пропорциялар	Түскі ас	Граммдағы массалық пропорциялар	Полдник	Граммдағы массалық пропорциялар	Кешкі ас	Граммдағы массалық пропорциялар
Сейсенбі 02.09.2025 ж.								
1	Сүтке бұқтырылған жарма ботқасы	150/180	Қызанақ пен қияр салаты	30/40	Сүт	200	Картоп қосылған вареники	150/180
2	Ірімшік қосылған бидай наны	20/30	Рассольник	150/180	Печенье	40	Қант қосылған шәй	150/180
3	Шәй кәмпитпен	150/180	Тефтели	150/180			Бидай наны	30/40
4			Жеміс-жидек компоты	150/180				
5			Бидай наны	30/40				
Сәрсенбі 03.09.2025 ж.								
1	Сүтке бұқтырылған тары ботқасы	150/180	Маринадталған қияр	50/60	Шырын	150	Арпа сүт ботқасы	150/180
2	Сары май қосылған бидай наны	20/30	Үй кеспесі тауық етімен	150/180	Мак қосылған тоқаш	200	Қант қосылған шәй	150/180
3	Қант қосылған шәй	150/180	Плов тауық етімен	150/180			Бидай наны	30/40
4			Жеміс-жидек компоты	150/180				
5			Бидай наны	30/40				
Бейсенбі 04.09.2025 ж.								
1	Қарақұмық сүт сорпасы	150/180	Сәбіз қосылған қырыққабат салаты	40/60	Какао	150/180	Пісірілген картоп пен үгітілген сәбіз қосылған пісірілген шұжық	180/200
2	Ірімшік қосылған бидай наны	20/30	Макарон қосылған тауық сорпасы	150/180	Пряник	22	Қант қосылған шәй	150/180
3	Қант қосылған шәй	150/180	Котлетпен картоп поресі	150/180			Бидай наны	30/40
4			Жеміс-жидек компоты	150/180				
5			Бидай наны	30/40				
Жұма 05.09.2025 ж.								
1	Сүтке бұқтырылған жарма ботқасы	150/180	Тауық сорпасында свекольник	150/180	Кисель	150/180	Жұмыртқа	
2	Сары май қосылған бидай наны	20/30	Макарон етпен	150/180	Ватрушка	22	Қант қосылған шәй	150/180
3	Қант қосылған шәй	150/180	Жеміс-жидек компоты	150/180			Бидай наны	30/40
4			Бидай наны	30/40				

Медсестра:

ЖК Мукаева В. К.

