

«Бекітемін»  
 М.Жұмабаев атындағы ІТ-  
 мектеп - лицей директоры  
 Б.Ж.Касенова  
 2023ж.

**Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде білім алушылардың жекелеген санаттары үшін 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (қыс-көктем)**

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>I апта</b>			
<b>Дүйсенбі</b>			
Сүтті күріш ботқасы	150	200	200
Үгілмелі коржик	40	40	40
Лимон қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сейсенбі</b>			
Жаңа піскен көкөністен жасалған салат (ақ қырыққабат, сәбіз)	60	100	100
Үй қуырдағы (жаркое)	150	200	200
Кисель	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сәрсенбі</b>			
Үй кеспе көжесі	200	250	250
Сүзбе және мейіз қосылған тоқаш	40	40	40
Сүт қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Бейсенбі</b>			
Тұздық қосылған балық тефтелиі	80	100	100
Гарнир: жарма	100	150	150
Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Жұма</b>			
Тұздық қосылған ет котлеті	80	100	100
Гарнир: картоп езбесі	100	150	150
Табиғи шырын	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40



**Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде білім алушылардың жекелеген санаттары үшін 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (қыс-көктем)**

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>II апта</b>			
<b>Дүйсенбі</b>			
Ірімшік қосылған макарон	150	200	200
Мейіз қосылған бал пісірмесі	30	30	30
Сүт қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сейсенбі</b>			
Жас қиярдан жасалған салат	60	100	100
Палау (сиыр еті)	150	200	200
Кептірілген жеміс қоспасынан жасалған компот	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сәрсенбі</b>			
Көкөніс көжесі	200	250	250
Жеміс	100	100	100
Қант қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Бейсенбі</b>			
Балық биточкалары	80	100	100
Гарнир: жарма	100	150	150
Кисель	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Жұма</b>			
Тауық етімен көкөністерден жасалған рагу	150	200	200
Лимон қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40



**Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде білім алушылардың жекелеген санаттары үшін 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (қыс-көктем)**

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>ІІІ апта</b>			
<b>Дүйсенбі</b>			
Сүт ботқасы	150	200	200
Пісірілген жұмыртқа	1 шт.	1 шт.	1 шт.
Қант қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сейсенбі</b>			
Сәбізден жасалған салат	60	100	100
Пісірілген тауық	80	100	100
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	150	150
Жеміс-жидекті кисель	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сәрсенбі</b>			
Ет котлеті	80	100	100
Гарнир: пісірілген макарондар	100	150	150
Сүт қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Бейсенбі</b>			
Бөктірілген балық	80	100	100
Гарнир: картоп езбесі	100	150	150
Табиғи шырын	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Жұма</b>			
Көкөністер қосылған картоп көжесі	200	250	250
Қатты ірімшік	20	20	20
Табиғи шырын	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40



«Бекітемін»  
 М.Жұмабаев атындағы ІТ-  
 мектептің директоры  
 Б.Ж.Касенова  
 2023ж.

Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде білім алушылардың жекелеген санаттары үшін 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (қыс-көктем)

Тағамның атауы	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.	Тағамның шығуы, гр.
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>IV апта</b>			
<b>Дүйсенбі</b>			
Сүтті тары ботқасы	150	200	200
Бал пісірмесі	30	30	30
Қант қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сейсенбі</b>			
Өсімдік майы қосылған ақ қырыққабат салаты	60	100	100
Ет тефтели	80	100	100
Гарнир: жарма	100	150	150
Кисель	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Сәрсенбі</b>			
Үй кеспесі	200	250	250
Сүзбе қосылған пісірме	30	30	30
Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Бейсенбі</b>			
Балық котлеттері	80	100	100
Гарнир: бөктірілген күріш	100	150	150
Сүт қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40
<b>Жұма</b>			
Көкөніс қосылған бұқтырылған ет	80	100	100
Гарнир: пісірілген макарондар	100	150	150
Қант қосылған шәй	200	200	200
Қара бидай наны	20	35	40