



Көпісемін
«№25 жалпы білім беретін
мектебі» КММ директоры
Ж.М. Болукова

Бекітемін
жеке кәсіпкер
С.М. Укибаева



1-9 сынып оқушыларына (04.09.23-08.09.23) апталық ас мәзірі

Дүйсенбі	Каша молочная пшеничная с маслом	200-250	230
	Бутерброд с маслом с сыром	20-40/10 гр.	85
	Какао	200 гр.	61
	Пряники	30-50 гр.	95
	Калорийность		471

Барлығы:

Сейсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Тефтели в соусе	50-60/30 гр.	119
	Макаронь отварная	100-130 гр.	144
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Чай с лимоном витаминизированный	200 гр.	120
	Калорийность		410

Барлығы:

Сәрсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Суп лапша	200-250 гр.	286
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Компот из сухофруктов витаминизированный	200 гр.	25
	Яблоко	1 шт.	70
	Калорийность		433

Барлығы:

Бейсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Котлета рыбная в соусе	50-60/30 гр.	138
	Пюре гороховое	100-130 гр.	133
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Кисель витаминизированный	200 гр.	150
	Калорийность		448

Барлығы:

Жұма	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Плов	200 гр.	300
	Салат из свежих овощей	50 гр.	30
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Чай сладкий	200 гр.	50
	Калорийность		407

Барлығы:

Тамақтануға жауапты:
Мед.бике
Аспаз

Д. М. Рамазанова
Г. Б. Алимжанова
З. С. Самсакова

Келісемін
«№25 жалпы білім беретін
мектебі» КММ директоры
Бодукова Ж.М. *Ж.М. Бодукова*

Бекітемін
жеке кәсіпкер
С.М.Укибаева



1-9 сынып оқушыларына (11.09.23-15.09.23) апталық ас мәзірі

Дүйсенбі	Каша молочная пшеничное с маслом	200-250	230
	Бутерброд с маслом с сыром	20-40/10/20 гр.	85
	Чай сладкий (С)	200 гр.	61
	Пряники	30-50 гр.	95
	Калорийность		471

Барлығы:

Сейсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Гуляш в соусе	50 гр.	146
	Гречка отварная	100-130 гр.	133
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Кисель витаминизированный	200 гр.	125
	Калорийность		431

Барлығы:

Сәрсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Суп рисовый	200-250 гр.	246
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Компот из сухофруктов витаминизированный	200 гр.	60
	Яблоко	1 шт.	70
	Калорийность		403

Барлығы:

Бейсенбі	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Рыба тушеная	50-60/30 гр.	172
	Пюре картофельное	100-130 гр.	133
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Сок яблочный	200 гр.	150
	Калорийность		482

Барлығы:

Жұма	Тағам атауы	Бағасы (тг)	Салмағы (гр)
	Макароньы отварные	100-130 гр.	183
	Курица тушеная	60-80 гр.	170
	Салат из свежих овощей	50 гр.	32
	Хлеб	20-40 гр.	27
	Чай с лимоном	200 гр.	25
	Калорийность		437

Барлығы:

Тамактануға жауапты:

К.Г.Айтжанова
А.В.Иванова
Г.Б.Алимжанова
З.С.Самсакова

Мед.бике
Аспаз

Ж.М. Бодукова

«СОГЛАСОВАНО»
КГУ «Общеобразовательная школа № 25»
директор Ж.М.Бодухова

«УТВЕРЖДАЮ»
индивидуальный предприниматель
Укибаева С.

Питание для 1-9 классов (Об.П. 23-10.П.23) недельное меню

I неделя
Понедельник

Наименование блюд	Выход блюда, грамм		Ккал
Каша молочная с маслом	200гр.	250 гр	230
Бутерброд с маслом	20/10 гр.	40/10 гр	55
Чай с лимоном	200 гр.	200 гр	61
Печенье	1 шт.	1 шт	70
Калорийность			416

Вторник

Тефтели в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	119
Макароны отварные	100гр.	150 гр	144
Хлеб	20гр.	40 гр	27
Компот из сухофруктов	200 гр.	200 гр	120
Калорийность			410

Среда

Суп рисовый	200 гр.	250 гр	286
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Чай с лимоном	200 гр.	200 гр	25
Яблоки	20гр.	40 гр	95
Калорийность			433

Четверг

Котлета рыбная в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	138
Гречка отварная	100 гр.	150 гр	133
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			448

Пятница

Салат из свежих овощей	60 гр.	100 гр	30
Плов	200 гр.	250 гр	300
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Сок натуральный	200 гр.	200 гр	50
Калорийность			407

Ответственная за питание:
Мед. сестра:
Повар:

А.Ж.Кенесова
Г.Б.Алимжанова
З.С.Самсакова

«СОГЛАСОВАНО»
КГУ «Общеобразовательная школа № 25»
директор Бодукова Ж.М.



«УТВЕРЖДАЮ»
индивидуальный предприниматель
Укибаева С.



Питание для 1-9 классов () недельное меню

II неделя

Понедельник

Каша молочная с маслом	200 гр.	250 гр	230
Бутерброд с маслом, с сыром	20/10/20 гр.	40/10/20 гр	85
Чай с сиропом шиповника	200 гр.	200 гр	61
Фрукт	1 шт.	1 шт	70
Калорийность			446

Вторник

Гуляш <i>из говядины</i>	80 гр.	100 гр	146
Гороховое пюре	100 гр.	150 гр	183
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Компот из сухофруктов <i>с</i>	200 гр.	200 гр	60
Калорийность			416

Среда

Борщ	200 гр.	250 гр	246
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель <i>с</i>	200 гр.	200 гр	125
Печенье	20 гр.	40 гр	95
Калорийность			493

Четверг

Салат из свежих овощей	60 гр.	100 гр	32
Котлета рыбная в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	172
Пюре картофельное	100 гр.	150 гр	133
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Сок натуральный	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			482

Пятница

Курица тушеная	80 гр.	100 гр	170
Макароны отварные	100 гр	150 гр	150
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель <i>с</i>	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			497

Ответственная за питание:
Мед. сестра:
Повар:

А.Ж.Кенесова
А.Ж.Кенесова
Г.Б.Алимжанова
З.С.Самсакова

«СОГЛАСОВАНО»
КГУ «Общеобразовательная школа № 25»
директор Бодукова Ж.М.

«УТВЕРЖДАЮ»
индивидуальный предприниматель
Укибаева С.

Питание для 1-9 классов (20.11.23-24.11.23) недельное меню

1 неделя

Понедельник

Наименование блюд	Выход блюда, грамм		Ккал
Каша молочная с маслом	200гр.	250 гр	230
Бутерброд с маслом	20/10 гр.	40/10 гр	55
Чай с аскорбинкой	200 гр.	200 гр	61
Фрукт	1 шт.	1 шт	70
Калорийность			416

Вторник

Тефтели в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	119
Макароны отварные	100гр.	150 гр	144
Хлеб	20гр.	40 гр	27
Компот из сухофруктов	200 гр.	200 гр	120
Калорийность			410

Среда

Суп рисовый	200 гр.	250 гр	286
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Чай с лимоном	200 гр.	200 гр	25
печенье	20гр.	40 гр	95
Калорийность			433

Четверг

Котлета рыбная в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	138
Гречка отварная	100 гр.	150 гр	133
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			448

Пятница

Салат из свежих овощей	60 гр.	100 гр	30
Плов	200 гр.	250 гр	300
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Сок натуральный	200 гр.	200 гр	50
Калорийность			407

Ответственная за питание:
Мед. сестра:
Повар:

А.Ж.Кенесова
Г.Б.Алимжанова
З.С.Самсакова

«СОГЛАСОВАНО»

КГУ «Общеобразовательная школа № 25»

директор Бодукова Ж.М.

«УТВЕРЖДАЮ»

индивидуальный предприниматель

Укибаева С.

Питание для 1-9 классов (27.11.23-01.12.23) недельное меню

II неделя

Понедельник

Каша молочная с маслом	200 гр.	250 гр	230
Бутерброд с маслом, с сыром	20/10/20 гр.	40/10/20 гр	85
Чай с сиропом шиповника	200 гр.	200 гр	61
Фрукт	1 шт.	1 шт	70
Калорийность			446

Вторник

Гуляш	80 гр.	100 гр	146
Гороховое пюре	100 гр.	150 гр	183
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Компот из сухофруктов	200 гр.	200 гр	60
Калорийность			416

Среда

Борщ	200 гр.	250 гр	246
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель	200 гр.	200 гр	125
Пряники	20 гр.	40 гр	95
Калорийность			493

Четверг

Салат из свежих овощей	60 гр.	100 гр	32
Котлета рыбная в соусе	80/30 гр.	100/30 гр	172
Пюре картофельное	100 гр.	150 гр	133
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Сок натуральный	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			482

Пятница

Курица тушеная	80 гр.	100 гр	170
Макароны отварные	100 гр	150 гр	150
Хлеб	20 гр.	40 гр	27
Кисель	200 гр.	200 гр	150
Калорийность			497

Ответственная за питание:

Мед. сестра:

Повар:

А.Ж.Кенесова

Г.Б.Алимжанова

З.С.Самсакова

Келісемін
«№25 жалпы білім беретін
мектебі» КММ басшысының м.а.
Шегебаева Г.К.



Бекітемін
жеке кәсіпкер
С.М. Уәлибаева



1-9 сынып оқушыларына (04.12.23-08.12.23) апталық ас мәзірі

І апта
дүйсенбі

Тағамның аты	шығымы, грамм	шығымы, грамм	Ккал
	(6-11)жас	<u>(11-18)жас</u>	
май қосылған сүт боткасы	200гр.	250гр	230
бутерброд маймен	20/10 гр.	40/10	55
қант қосылған какао	200 гр.	200	61
жеміс	1 дана	1 дана	70
Калория мөлшері			416

сейсенбі

тефтели сиыр етінен	80/30 гр.	100/30 гр	119
қарақұмық	100гр.	150 гр	144
нан	20гр.	40 гр	27
тосап кептірілген жемістерден	200 гр.	200 гр	120
Калория мөлшері			410

сәрсенбі

күріш сорпасы	200гр.	250 гр	286
печенье	20гр.	40 гр	27
табиғи шырын	200 гр.	200 гр	25
нан	30гр.	50 гр	95
Калория мөлшері			433

бейсенбі

балық етінен котлет	80/30 гр.	100/30 гр	138
қарақұмық тұздықпен	100гр.	150 гр	133
нан	20гр.	40 гр	27
кисель	200 гр.	200 гр	150
Калория мөлшері			448

жұма

салат жаңа піскен көкөністерден	60гр.	100 гр	30
плов	200гр.	250 гр	300
нан	20гр.	40 гр	27
Аскорбин қосылған шәй	200 гр.	200 гр	50
Калория мөлшері			407

Тамактануға жауапты:
Мед.бике
Аспаз

А.Ж.Кенесова
Г.Б.Алимжанова
З.С.Самсакова