

1-аптаның 1-ші күн

02.02.2026 ж.

Бекітілді: 

Мектеп директоры: А.Ж.Каржауова

02.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасакталған
бір күндік ас мәзірі

I апта 1-ші күн

Тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
күркетауық етінен болоньезе пастасы	200	220	250	күркетауық филесі	75	84	94	321,46	352,86	405,45
				Өсімдік майы	3	4	5			
				бидай ұны	4	4	4			
				Томат пастасы	3	3	3			
				сәбіз	13	15	20			
				пияз	13	15	20			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,3			
				сарымсақ	1	1	1			
				Макарон өнімдері	63	68	75			
алма	150	150	150	алма	150	150	150	150	150	150
сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	7	7	7	129,36	129,36	129,36
				сүт	180	180	180			
				қант	3	3	3			
бидай наны	30	50	50	бидай наны	30	50	50	13,08	21,80	21,80
				ккал	545,2	584,2	622,2	613,9	689,66	785,8

Аспаз:  А.Мухитова



1-аптаның 1-ші күн

02.02.2026 ж.

Бекітілді: 
Мектеп директоры: А.Ж.Каржауова

02.02.2026 жыл

Ақсәл жалпы орта мектебі бойынша жасакталған
бір күндік ас мәзірі

I апта 1-ші күн

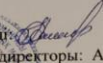
Тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дәйісін тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
күркетауық етінен болоньезе пастасы	200	220	250	күркетауық филесі	75	84	94	321,46	352,86	405,45
				Өсімдік майы	3	4	5			
				бидай ұны	4	4	4			
				Томат пастасы	3	3	3			
				сәбіз	13	15	20			
				пияз	13	15	20			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,3			
				сарымсақ	1	1	1			
				Макарон өнімдері	63	68	75			
алма	150	150	150	алма	150	150	150	150	150	150
сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	7	7	7	129,36	129,36	129,36
				сүт	180	180	180			
				қант	3	3	3			
бидай наны	30	50	50	бидай наны	30	50	50	13,08	21,80	21,80
				ккал	545,2	584,2	622,2	613,9	689,66	785,8

Аспаз:  А.Мухитова



2-аптаның 2-ші күн

10.02.2026 ж.

Бекітілді: 

Мектеп директоры: А.Ж.Каржауова

10.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасакталған
бір күндік ас мәзірі
II апта 2-ші күн

Тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас		7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
Піскен сиыр еті тұздығымен (сорпа)	70	90	100	сиыр еті	90	128	138	438,32	621,42	672,93
				пияз	18	20	30			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,3			
Жайма нан	130	150	180	Макарон өнімі	46	55	75	69,01	82,51	112,52
				Йодталған тұз	0,1	0,1	0,2			
«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0	170,56	170,56	170,56
				алма	89,0	89,0	89,0			
				қант	3,0	3,0	3,0			
Бидай нан	30	50	50	нан	30	50	50	13,80	21,80	21,80
				қсжал	316,3	385,3	425,5	691,69	896,29	977,81

Аспаз:  А.Мухитова



2-аптаның 3-ші күн

11.02.2026 ж.



Мектеп директоры: А.Ж. Каржауова

11.02.2026 жыл

Ақкол жалпы орта мектебі бойынша жасақталған
бір күндік ас мәзірі

II апта 3-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дәйын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
Тауық етінен кірпікшелер	70	90	100	тауық филесі	60	80	90	204,37	272,80	307,01
				Өсімдік май	3	5	5			
				күріш	10	13	15			
				пияз	6	7	9			
				Иодталған тұз	0,1	0,2	0,2			
Қаймақ соусы	20	20	20	қаймақ	10,0	10,0	10,0	32,90	32,90	32,90
				1 сұрыпты ұн	2,0	2,0	2,0			
				Сары май	2,0	2,0	2,0			
көкөністер қосылған борпылдақ қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	30,0	38,0	45,0	69,76	88,33	106,47
				сәбіз	60,0	65,0	70,0			
				Пияз	40	45	50			
				Сары май	3	5	7			
				Иодталған тұз	0,2	0,2	0,2			
алма	150	150	150	алма	150	150	150	150,00	150,00	150,00
«Денсаулық» алма суусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0	170,56	170,56	170,56
				алма	89,0	89,0	89,0			
				қант	3,0	3,0	3,0			
қара бидай наны				қара бидай наны	30	50	50	13,1	21,8	21,8
				кквалл	538,12	602,12	630,12			
								640,68	736,44	788,74

Аспаз: *Мух* А.Мухитова



2-аптаның 5-ші күн

13.02.2026 ж.

Бекітілді

Мектеп директоры: А. Ж. Каржауова

13.02.2026 жыл

Аққол жалпы орта мектебі бойынша жасакталған

бір күндік ас мәзірі

II апта 5-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
Сыр етінен палау	200	220	250	сыр еті	86	94	102	463,52	508,85	528,17
				пияз	7	12	15			
				Өсімдік майы	3	4	5			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2			
				сәбіз	15	18	20			
				күріш	12	15	17			
алма	150	150	150	алма	150	150	150	150,00	150,00	150,00
Лимонды – алма сусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0	170,56	170,56	170,56
				алма	89,0	89,0	89,0			
				қант	3,0	3,0	3,0			
Бидай наны	30	50	50	Бидай наны	30	50	50	13,08	21,80	21,80
				ккалл	435,2	479,2	500,2	797,16	851,21	895,79

Аспаз: *А. Мухитова*

1-аптаның 3-ші күн

18.02.2026 ж.

Бекітілді
Мектеп директоры А.Ж. Қаржауова

18.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасақталған
бір күндік ас мәзірі

I апта 3-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дәйын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
томат тұздылығындағы тауық еті	70	90	100	тауық филесі	94	107	115	330,19	386,38	411,98
				Сары май	3	5	5			
				Томат пастасы	8	10	10			
				Ұн 1 сорт	3	5	5			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2	66,76	88,33	106,47
көкөністер қосылған ұсақталған қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	30,0	38,0	45,0			
				сәбіз	60,0	65,0	70,0			
				Пияз	40	45	50			
				Сары май	3	5	7	150,00	150,00	150,00
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2			
алма	150	150	150	алма	150	150	150			
«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0			
				алма	89,0	89,0	89,0	170,56	170,56	170,56
				қант	3,0	3,0	3,0			
қара бидай наны				қара бидай наны	30	50	50	13,1	21,8	21,8
				қалы	572,4	623,4	650,4	805,85	817,07	860,81

Аспаз: Мухитова А.



1-аптаның 4-ші күн

19.02.2026 ж.

Бекітілді: 
Мектеп директоры: А. Ж. Каржауова

19.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасакталған
бір күндік ас мәзірі

I апта 4-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
балық қаштандары	70	90	100	көксерке балығының филесі	70	85	95	359,00	477,66	477,66
				күріш	3	5	6			
				бидай наны	9	10	10			
				сүт	4	5	6			
				пияз	6	10	12			
				1 сортты ұн	3	4	4			
				Өсімдік майы	1	1	1			
				Йодталған тұз	0,1	0,1	0,1			
				қаймақ тұздығы	20	20	20			
картоп пюресі	130	150	180	1 сортты ұн	2,0	2,0	2,0	55,35	75,48	75,48
				Сары май	2,0	2,0	2,0			
				картоп	85	122	122			
				Сары май	4	5	5			
Лимонды-алма сусыны	200	200	200	Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2	170,56	170,56	170,56
				лимон	40,0	40,0	40,0			
				алма	89,0	89,0	89,0			
				қант	3,0	3,0	3,0			
қара бидай наны				қара бидай наны	30	50	50	13,08	21,80	21,80
				қара бидай наны	30	50	50			
				жсжж	361,3	443,3	457,3	630,89	778,4	778,4

Аспаз:  А. Мухитова



1-аптаның 5-ші күн

20.02.2026 ж.

Бекітілді: 
Мектеп директоры А.Ж.Каржауова

20.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасасқалған
бір күндік ас мәзірі

I апта 5-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы,г			құрамы	Брутто ,г			дайын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
Сыыр етінен палау	200	220	250	сыыр еті	86	94	102	463,52	508,85	528,17
				пияз	7	12	15			
				Өсімдік майы	3	4	5			
				Йодталған тұз	0,2	0,2	0,2			
				сәбіз	15	18	20			
				пияз	12	15	17			
				күріш	50	55	60			
алма	150	150	150	алма	150	150	150	150,00	150,00	150,00
Лимонды – алма сусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0	170,56	170,56	170,56
				алма	89,0	89,0	89,0			
Бидай наны	30	50	50	квнт	3,0	3,0	3,0	13,08	21,80	21,80
				Бидай наны	30	50	50			
				ккалл	435,2	479,2	500,2	797,16	851,21	895,79

Аспаз:  А.Мухитова



2-аптаның 1-ші күн

23.02.2026 ж.

Бекітілді: 
Мектеп директоры: А.Ж.Каржаева

23.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасакталған
бір күндік ас мәзірі

II апта 1-ші күн

тағамдардың атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7-10жас	11-15жас	16-18жас		7-10жас	11-15жас	16-18жас	7-10жас	11-15жас	16-18жас
Каймақ соусындағы тауық аяқшалары	70	90	100	Тауық еті	72	82	91	240,42	305,92	338,80
				1 сұрыпты ұн	3	6	9			
				Сары майы	4	5	5			
				жұмыртқа	20	20	20			
				сүт	5	6	7			
				Бидай	5	7	9			
				наны						
				қытырлақ	4	7	9			
Көкөністермен пісірілген макарон	130	150	180	қаймақ	10	10	10	81,89	89,23	96,85
				Йодталған тұз	0,1	0,2	0,2			
				Макарон	40	45	48			
				Сары май	4	5	6			
				Сәбіз	20	25	25			
				Пияз	10	11	13			
мейіз қосылған балғын алмадан жасалған компот	200	200	200	Тәтті бұрыш	9	10	10	160,56	160,56	160,56
				Йодт тұз	0,1	0,2	0,2			
				Алма	143	143	143			
				Мейіз	5	5	5			
				қант	3	3	3			
мандарин	150	150	150	мандарин	150	150	150	285	285	285
Бидай наны	30	50	50	нан	30	50	50	13,08	21,80	21,80
				ккалл	537,2	588,4	609,4	780,95	862,51	903,01

Аспаз:  А.Мухитова



2-аптаның 2-ші күн

24.02.2026 ж.

Бекітілді: 
Мектеп директоры: А. Ж. Каржауова

24.02.2026 жыл

Ақкөл жалпы орта мектебі бойынша жасақталған бір күндік ас мәзірі II апта 2-ші күн

Тағамдарды н атауы	Шығуы, г			құрамы	Брутто, г			дайын тағамның құны		
	7- 10жас	11- 15жас	16- 18жас		7- 10жас	11- 15жас	16- 18жас	7- 10жас	11- 15жас	16- 18жас
Піскен сиыр еті тұздығымен (сорпа)	70	90	100	сиыр еті	90	128	138	438,32	621,42	672,93
				пияз	18	20	30			
				Йодталға н тұз	0,2	0,2	0,3			
Жайма нан	130	150	180	Макарон өнімі	46	55	75	69,01	82,51	112,52
				Йодталға н тұз	0,1	0,1	0,2			
«Денсаулық» алма сусыны	200	200	200	лимон	40,0	40,0	40,0	170,56	170,56	170,56
				алма	89,0	89,0	89,0			
				қант	3,0	3,0	3,0			
Бидай нан	30	50	50	нан	30	50	50	13,80	21,80	21,80
				ккалл	316,3	385,3	425,5	691,69	896,29	977,81

Аспаз:  А. Мухитова

