

**«AISANA» бастауыш мектебінің перспективті маусымдық
(жаз,күз,қыс,көктем) екі апталық
АС МӘЗІРІ 2024 – 2025 ОҚУ ЖЫЛЫНА**

1-апта

Дүйсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сүтті ұнтақ боткасы	1\150		Сүт, жарма, сарымай,секер
	Нан сары маймен	1\40		Нан , сарымай
	Тәтті шәй	1\200		Шәй,секер,су
	Жұмыртқа қайнатылған	1\20		
2-3-4-сынып	Шұжық (сарделька)түздықпен		70\50	Шұжық,жуа,сәбіз,томат,май
	Қайнатылған макарон		1\180	Макарон,тұз,сарымай,су
	Ас бұршақ сорпасы		1\200	Ас бұршақ,картоп,сәбіз,май,күс еті,тұз,томат,жуа
	Тәтті қара шәй		1\200	Қара шәй,секер,су
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы

Сейсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сөк тары боткасы	1\150		Сүт, сөк тары, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Компот	1\200		Кептірілген жеміс,секер,су
	Печенье	1\20		
0, 2-3-4-сынып	Борщ		1\200	Тауық еті,қырыкқабат,қызылша,картоп,томат
	Бұқтырылған қарақұмық		1\180	Қарақұмық,су,тұз
	Нан		1\0	Ұн,тұз, су, ашытқы

	Құс етімен тұздық		1\80	Тауық еті,тұз,су,жуа,сәбіз томат
	Кептірілген жеміс сусыны		1\200	Кептірілген жеміс,секер,су

Сәрсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сүтті жарма ботқасы (Геркулес)	1\150		Сүт, геркулес, сарымай,секер
	Нан сары маймен	1\40		Нан , сарымай
	Каркаде шәйі	1\200		Каркаде,секер,су
	Печенье	1\20		
2-3-4-сынып	Рассольник сорпасы		1\200	Құс еті,перловка,қияр,картоп,тұз,сәбіз
	Езілген картоп		1\180	Картоп ,сары май,тұз
	Шұжық		70\50	Шұжық
	Каркаде шәйі		1\200	Каркаде шәй,секер,су
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы

Бейсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сүтті көже вермешельмен	1\150		Сүт, вермешель, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Кисель	1\200		Кисель,секер,су
	Ірімшік	1\20		
2-3-4-сынып	Палау		1\160	Құс еті май,тұз сәбіз,жуа,
	Үй кеспе сорпасы		1\200	Сиыр еті,картоп,сәбіз,кеспе,тұз,томат
	Кисель		1\200	Кисель,секер,су
	Винегред салаты		1\80	Сәбіз,картоп,жасыл бұршак,қызылша,жуа,май
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы

Жұма

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
	Күріш сүт ботқасы	1\150		Сүт, күріш, сарымай,секер

1-сынып	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Компот	1\200		Кептірілген жеміс,секер,су
	Тоқаш	1\20		Ұн,сары май,тұз,секер
2-3-4-сынып	Көкөніс салаты		1\80	Көкөністер,май
	Борщ сорпасы		1\200	Тауық еті,қырыққабат,қызылша,картоп,томат
	Суға піскен макарон		1\180	Макарон,тұз,сар май
	Құс еті тұздықпен		1\60	Құс еті,томат, май,тұз сәбіз,жуа
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы
	Кептірілген жеміс сусыны		1\200	Кептірілген жеміс,секер,су

2-апта

Дүйсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сүтті жарма ботқасы (Геркулес)	1\150		Сүт, геркулес, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Қара шәй	1\200		Шәй,секер,су,лимон
	Ірімшік	1\20		
2-3-4-сынып	Шұжық (сарделька)тұздықпен		70\50	Шұжық,жуа,сәбіз,томат,сары май
	Қайнатылған қарақұмық(гречка)		1\180	Гречка,тұз,су,сарымай
	Рассольник сорпасы		1\1200	Картоп,перловка,кияр,тұз,құс еті,сәбіз
	Қара шәй		1\200	Шәй,секер,су,лимон
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы

Сейсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	

1-сынып	Сүтті көже вермешельмен	1\150		Сүт, вермешель, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Каркаде	1\200		Каркаде,секер,су
	Қайнатылған жұмыртқа	1\20		
2-3-4-сынып	Құс еті тұздықпен		1\70	Құс еті,томат, май,тұз сәбіз,жуа
	Суға піскен макарон		1\160	Қарақұмық,тұз,сары май
	Борщ сорпасы		1\200	Сиыр еті,қырыққабат,картоп,сәбіз,тұз ,қызылша
	Каркаде		1\200	Каркаде
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы
	Көкөніс салаты		1\60	Қырыққабат,қияр,қызанақ,тұз

Сәрсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Сөк тары боткасы	1\150		Сүт, сөк тары, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Компот	1\200		Кептірілген жеміс,секер,су
	Печенье	1\20		Печенье
2-3-4-сынып	Сәбіз салаты		1\60	Сәбіз ,сұйық май,тұз
	Тауық етінен палау		1\180	Тауық еті,күріш,жуа,сәбіз,сұйық май,тұз
	Ас бұршақ сорпасы		1\200	Ас бұршақ,картоп,сәбіз,май,күс еті,тұз,томат,жуа
	Нан		1\40	Ұн,тұз, су, ашытқы
	Компот		1\200	Кептірілген жеміс,секер,су

Бейсенбі

	Тағам аттары	Тағам шығымы ,гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1-сынып	Күріш сүт боткасы	1\150		Сүт, күріш, сарымай,секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан , сарымай
	Кисель	1\200		Кисель,су
	Токаш	1\20		Ұн,тұз,сары май,секер
	Үй сорпасы		1\200	Сиыр еті,картоп,сәбіз,кеспе,тұз,томат

2-3-4- сынып	Езілген картоп			Картоп, сары май, сүт, тұз
	Шұжық (сосиска)		1\40	Шұжық
	Кисель		1\200	Кисель, су
	Нан		1\40	Ұн, тұз, су, ашытқы

Жұма

	Тағам аттары	Тағам шығымы, гр		Тағам ингредиенттері
		6-7жас	7-10жас	
1- сынып	Сүтті ұнтақ ботқасы	1\150		Сүт, жарма, сарымай, секер
	Нан сары маймен	10\40		Нан, сарымай
	Компот	1\200		Кептірілген жеміс, секер, су
	Алма	1\20		Алма
2-3-4- сынып	Шұжық (сарделька) тұздықпен		70\50	Шұжық, жуа, сәбіз, томат, сары май
	Қайнатылған макарон		1\180	Макарон, тұз, су, сарымай
	Борщ сорпасы		1\200	Сиыр еті, қырыққабат, картоп, сәбіз, тұз, қызылша
	Компот		1\200	Кептірілген жеміс, секер, су
	Нан		1\40	Ұн, тұз, су, ашытқы