

«БЕКТЕМІН»

Көкшетау қаласы, (қазақ тілінде
оқытылатын) Абай атындағы
дарынды балаларға
арналған №3 облыстық
мамандан тәртілген мектеп-
интернат директоры Д.М. Искакова



2021-2022 оқу жылына арналған ақпаны ала жобалау
ас мәзірі (жаз-күз)

Тағам мөлшері	Тағамдардың атауы
Тапта	
Дүйсенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен мәши ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе сүтпен
1д	Піскен жұмыртқа
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Денсаулық» салаты (қызылша, сәбіз, жүгері консервілері, өсімдік майы)
300	Қышқылтым коже
250	Голубцы картоп пюресімен
250	Нәрсу
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өңімі
1д	Самса сәбізбен
Кешкі ас	
120	«Лечо» салаты (болтар бұрышты, баклажан, сәбіз, пияз, өсімдік майы)
250	Палау
250/150/10	Шай мен нан, май
60	Кәмпит
1д	Жеміс
Сейсенбі	
Таңғы ас	
250	Ірімшік қосылған пісірілген макарон шұжықпен
150/20	Нан мен май
250	Какао
40	Бал
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Қызылша» салаты (қызылша, сарымсақ, өсімдік майы)
300	Бұрышақ сорпасы

250	Биточки картоп пюресімен
250	Нәрсу
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Тоқаш «Крестик»
Кешкі ас	
120	«Күз» салаты (орамжапырақ,сәбіз, өсімдік майы)
250	Көкөніс етте бұқтырылған күріш гарнирмен
250/150/10	Шай сүтпен, нан мен май
60	Печенье
1д	Жеміс
Сәрсенбі	
Таңғы ас	
250	Духовкада піскен омлет
250	Сүтте піскен арпа ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кисель
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Хе» салаты (сәбіз, сарымсақ,өсімдік майы)
300	Лапша
250	Қарақұмық тауық етмен
250	Нәрсу
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Шырын
150	Сүзбе пирогі татарша
1д	Жеміс
Кешкі ас	
120	«Шахтерский» салаты (түздалған кияр,сәбіз, бадана, өсімдік майы)
250	Жаркое
250/150/10	Шай мен нан, май
60	Печенье
Бейсенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен «Дружба» ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе
1д	Піскен жұмыртқа
40	Бал
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Мозайка» салаты (картоп,сәбіз, бұршақ консервілері, өсімдік майы)
300	Борщ каймақпен
250	Гуляш макарон гарнирмен

250	Нәрсү
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Шырын
1д	Тоқаш «Дорожный»
40	Джем
Кешкі ас	
100	Бурячок салаты (қызылша, алма, өсімдік майы)
250	«Гаше» картоп пюресімен
250/150/10	Шай лимонмен, нан, май
60	Вафли
1д	Жеміс
Жұма	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен тары ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Какао
100/50	Бутерброд шұжықпен
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Қияр мен қызанақ» салаты
300	Фрикаделька сорпасы
250	Бигус картоп пюресімен
250	Нәрсү
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Самса орамжапырақпен
Кешкі ас	
120	«Радуга» салаты (картоп, сәбіз, тұздалған қияр, жүтері консервілері, өсімдік майы)
250	Палау
250/150/10	Шай мен нан, май
1д	Жеміс
60	Печенье
Сенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен мәнни ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе
1д	Піскен жұмыртқа
40	Бал
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Школьный» салаты (қызылша, бұршақ консервілері, тұздалған қияр, өсімдік майы)

300	Бұршак кожесі
250	Котлет картоп поресімен
250	Шырын
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Піскен сүт
1д	Токаш
40	Повидло
Кешкі ас	
100	«Витаминный» салаты (орамжапырақ, бұршак консервілері, сәбіз, өсімдік майы)
300	Тары сорпасы
90	Духовкада әзірленген балық
250/150/10	Шай мен нан, май
1д	Жеміс
Жексенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен арпа ботқасы
150/20	Нан мен май
250	Какао
50	Токаш
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Балканский» салаты (болгар бұрышы,бадана, сарымсақ, ірімшік, өсімдік майы)
300	Қышқылтым көже
250	Коконіс етте бұқтырылған картоп поресімен
250	Шырын
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Қамырға оратпап шұжық
Кешкі ас	
120	«Бурячок» салаты
250	Лагман
250/150/10	Шай сүтпен, нан, май
60	Вафли
1д	Жеміс
II апта	Дүйсенбі
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен «Дружба» ботқасы
150/20	Нан мен май
250	Кисель
100/50/15	Бутерброд шұжықпен, ірімшекпен
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	

120	«Метелка» салаты (кызылша, сәбіз, орамжапырак, өсімдік майы)
300	«Полевой» сорпасы
250	Етке толтырылған бұрыш картоп поресімен
250	Шырын
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
200	Сүзбе пирогі
Кешкі ас	
120	«Восторг» салаты (орамжапырак, алма, сарымсақ, өсімдік майы)
250	Гуляш макарон гарнирмен
250/150/10	Шай лимонмен, нан, май
60	Печенье
1д	Жеміс
II апта Сейсенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен тары ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе сүтпен
40	Бал
1д	Піскен жұмыртқа
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Школьный» салаты (кызылша, бұршақ консервілері, тұздалған қияр, өсімдік майы)
300	Үй салмасы
250	Бигусе
250	Нәрсу
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Піскен сүт
1д	Самса сәбізбен
Кешкі ас	
120	Хе салаты (сәбіз, сарымсақ, өсімдік майы)
250	Беф-строганов картоп поресімен
250/150/10	Шай сүтпен, нан, май
60	Кәмпит
1д	Жеміс
Сәрсенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен арпа ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Какао
100/50	Бутерброд шұжықпен
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	

120	«Мозайка» салаты (картоп,сәбіз, бұршақ консервілері, өсімдік майы)
300	Борщ каймақпен
250	Тефтели макарон гарнирмен
250	Нәрсү
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Шырын
200	Сүзбе запеканкасы сәбізбен
Кешкі ас	
100	Бурячок салаты (караша, алма, өсімдік майы)
250	«Гаше» картоп пюресімен
250/150/10	Шай мен нан, май
60	Токаш
1д	Жеміс
Бейсенбі	
Таңғы ас	
300	Күріш сүт сорпасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе сүтпен
40	Бал
50	Токаш Крестик
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Оливье» салаты (картоп,сәбіз, жүгері консервілері, жұшық,өсімдік майы)
300	Қышқылтым көже
250	Голубцы картоп пюресімен
250	Нәрсү
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
150	Тәтті пирогі
Кешкі ас	
120	«Лечо» салаты (болгар бұрышы, баклажан, сәбіз, пияз, өсімдік майы)
250	Тұшпара
250/150/10	Шай мен нан, май
60	Кәмпит
1д	Жеміс
Жума	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен мәнни ботқасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Какао
1д	Піскен жумыртқа
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	

120	«Оригинальный» салаты (картоп, орамжапырақ сәбіз, тұздалған қияр, өсімдік майы)
300	Манпар
250	Азу
250	Нәрсу
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Тоқаш «Крестик»
Кешкі ас	
120	«Легкий» салаты (сәбіз, алма, өсімдік майы)
250	Гуляш қарақұмық гарнирмен
60	Кәмпит
1д	Жеміс
Сенбі	
Таңғы ас	
200	Духовкада піскен омлет
250	Сүтте піскен тары боткасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кофе
40	Бал
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Винегрет» салаты (қараша, орамжапырақ сәбіз, тұздалған қияр, өсімдік майы)
300	Қазақша ет
250	Котлет күріш гарнирмен
250	Шырын
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Тоқаш «Ватрушка»
Кешкі ас	
120	«Оливье» салаты (картоп, шұжық, сәбіз, тұздалған қияр, өсімдік майы)
250	Духовкада әзірленген балық котлетасы, картоп шоресімен
250/150/10	Шай лимонмен, нан мен май
1д	Жеміс
60	Вафли
Жексенбі	
Таңғы ас	
250	Сүтте піскен арпа боткасы
150/20/15	Нан мен май, ірімшік
250	Кисель
Түстік	
250	Шырын
1д	Жеміс
Түскі ас	
120	«Қызылша» салаты

300	Ет сорпасы (фрикадельки)
250	Бигус картоп поресімен
250	Шырын
150	Нан
1д	Жеміс
Түстік	
250	Сүт өнімі
1д	Самса қызылшамен
Кешкі ас	
120	«Витаминді» салаты (орамжапырак, сәбіз, бұршак консервілері, өсімдік майы)
250	Палау
250/150/10	Шай мен нан, май
60	Печеньс
1д	Жеміс