

КАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ



«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ

РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТИОБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТИОБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

ГУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОДА АКТОБЕ»

030002, Ақтөбе қаласы, Қ.Сәтпаев көшесі, 16 Б
факс 71-25-76, email:aktgoroo@rambler.ru

030002 город Актобе, ул. К.Сатпаева, 16 Б
факс 71-25-76, email:aktgoroo@rambler.ru

12.01.2024 № 02-03/63

Мектеп басшыларына!

«Ақтөбе қаласының білім бөлімі» ММ «Ақтөбе облысының білім басқармасы» ММ-нің 09.01.2024 жылғы №01-14/65 хатын жұмыс үшін жолдайды. Қосымшада көрсетілгендей ас мәзірін 15.01.2024 жылдан бастап іске асыру қажеттілігін хабарлаймыз.

Қосымша: 10 бет.

Ақтөбе қаласы білім
бөлімінің басшысы

М.Косымбаева

орын: У.Орынбаева
тел: 8(708)471-25-76
8(7132)71-25-76

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ

«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ
БІЛІМ БАСҚАРМАСЫ» ММ



РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

030010, Ақтөбе қаласы, Әбілқайырхан даңғылы, 40
тел : (7132) 56-85-00 кеңсе: 56-85-02

2024 жылғы «09» қаңтар

№ 01-14/65

**Ақтөбе қалалық,
аудандық білім бөлімдеріне**

Ақтөбе облысының білім басқармасы жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыруға арналған перспективалық ас мәзірінің жаңа нұсқасын жұмыс барысында басшылыққа алу және қолдану үшін жолдайды.

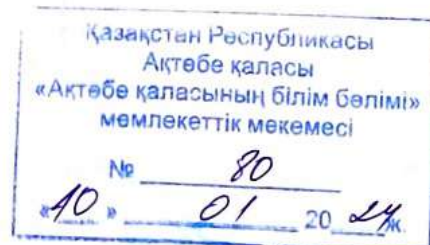
Ақтөбе облысы бойынша жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыруға арналған перспективалық ас мәзірі жұмыс тобы мәжілісінің хаттамасы негізінде бекітілді.

Қосымша: 9 бетте

Басқарма басшысы

Ж.Сұлтан

Орынд.: *А.Мырзағали*
Тел.: 8(7132) 56-85-63
a.myrzagali@aktobe.gov.kz





Бөлігінің
Ақтөбе облысы білім басқармасының басшысы Ж.Сұлтан
05.01.2024 жыл
(Ақтөбе облысындағы жалпы білім беретін мектептердің тамағын
ұйымдастыру бойынша жұмыс тобының мәжілісінің хаттамасы)

тораға

Ақтөбе облысы жалпы білім беретін мектептердің жекелеген санаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін ыстық тамағын ұйымдастыруға арналған 2 апталық АС МӘЗІРІ

1 апта
1-ші күн

АС мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға 603 теңге

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығым, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сағат 11.00-ге дейін									
Ғары жармасынан жасалған ботқа	Каша пшениая	150	180	200	Ғары жармасы сүт қант	крупя пшениая молоко сахар	40	47	49
Ірімшікпен жасалған бутерброд	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	Йодталған түз сары май	масло сливочное хлеб пшеничный	22	23	25
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Ірімшік Жемістер	сыр фрукт	12	17	22
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай шекер	Чай байховый сахар	2	2	2
Сағат 11.00-ден кейін									
Ет тефтелі соусмен	Тефтели говядины с соусом	100	130	150	Сыыр еті пияз	мясо говядина лук	105	115	125
		55/50	65/50	75/50	өсімдік майы күріш	масло растительное рис	4	5	6
					жұмыртқа (меланж) ұн	яйцо (меланж) мука	5 3	9	11
					қызанақ пастасы сәбіз	томат паста морковь	5 20	6	8
					макаронны сары май	макаронны масло сливочное	33 2	43	55
								3	5
Макаронны	Макаронны отварные	100	130	150					

Тағамның атауы	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ізгі май	200	200	200	Қара май	соль	1	1	1
Жемістер	150	150	150	кайт	Чай байланыш	2	2	2
Нан	20	35	40	Жемістер	сахар	20	20	20
				Хлеб	фрукты	150	150	150
					Хлеб шпешіңші	20	35	40

1 апта
 2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау құс етінен	150	180	200	Құс еті	Мясо курицы	117	138	160
Ақ қауланды қырыққабат салаты	50	60	70	өсімдік майы	масло растительное	8	10	11
Салат из капусты с зеленью	200	200	200	сәбіз	морковь	18	20	24
Компот из сухофруктов	200	200	200	пияз	лук	15	17	19
Хлеб	20	35	40	күріш	рис	50	60	68
				ақ қауланды қырыққабат	капуста	50	60	70
				шөптесін /петрушка/	белокочанная	6	8	10
				сәбіз	морковь	20	25	30
				өсімдік майы	масло растительное	3	4	5
				кепірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
				кайт	сахар	20	20	20
				бидай паны	Хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта
 3 күн

Тағамның атауы	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жүгері жармасынан жасалған ботка	150	180	200	жүгері жармасы	крупа кукурузная	40	47	49,4
				сүт	молоко	80	100	115
				кайт	сахар	7,3	9,5	9,8
				Иодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
				сары май	масло сливочное	22	23	25
				бидай ұны (ж/с)	мука в/с	22	22	22
				сүзбеше	творог	11,5	11,5	11,5

Сағат 11.00-ге дейін

Сүзбөсө кесилген юлаш (Вагрушка)	Вагрушка с творогом	50	50	50	жұмыртка (меланж)	яйцо (меланж)	0,19	0,19	0,19
		50	50	50	йодтылган тұз	соль	0,01	0,01	0,01
		50	50	50	кайт	сахар	10	10	10
		50	50	50	сүт	молоко	11	11	11
Ара балы	Мед	10	10	10	өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
		200	200	200	шығытқы	дрожжи	1	1	1
		200	200	200	ара балы	мед	10	10	10
		150	150	150	сүт	молоко	200	200	200
Жемістер	Фрукты	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150	

Сағат 11.00-ден кейін

Ет қолдесті соусымен	Котлеты из говядины с соусом	50/50	60/50	70/50	сыйыр еті	мясо говядина	105	115	125
		50/50	60/50	70/50	пиыз	лук	20	23	27
Бытырап піскен қарақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
		100	130	150	нан	хлеб пшеничный	14	16	18
Көптірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	жұмыртка (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
		200	200	200	ун	мука	5	6	8
Пииз	Хлеб	20	35	40	қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
		20	35	40	себіз	морковь	25	25	25
Бұқтырылған қурақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	қарақұмық	крупа гречка	48	62	71
		100	130	150	жармасы	масло сливочное	4	5	6
Көптірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	сары май	соль	1	1	1
		200	200	200	йодтылган тұз	сухофрукты	20	20	20
Пииз	Хлеб	20	35	40	кеңгірліген	сахар	20	20	20
		20	35	40	кайт	хлеб пшеничный	20	35	40

**1 аята
4-ші күні**

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	Печенье	30	45	60
Бұқтырылған құс еті қондырғымен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	құс еті	Мясо курицы	140	150	170
							пиыз	лук	15
Бұқтырылған құс еті қондырғымен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	өсімдік майы	масло растительное	6	7	8
							шептесіні/ петрушка	зелень петрушка	8

распространяется на граждан
 ора либо доготов
 и

Гарнир: кырыккабат буктырмаксы	Капуста тушпая	100	130	150	Йолталган туз сөбіз	соль морковь капуста белокчанная лук морковь томат паста мука сахар масло растительное	1	1	1
							15	18	20
					кырыккабат	капуста	143	186	215
					пияз	лук	5	7	8
					сөбіз	морковь	3	4	5
					кызыпак пастасы	томат паста	9	12	14
					бидай ұшы	мука	1	1	1
					кант	сахар	3	4	5
					өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					кисель	кисель	24	24	24
Кисель	Кисель	200	200	200	кант	сахар	10	10	10
					лимон қыпқылы	киселота лимонная	0,1	0,1	0,1
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

**1 апта
5-ші күн**

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Салат "Витаминка"	Салат "Витаминка"	50	60	70	ақ қауаңды кырыккабат сөбіз қыяр Асқоқ/шолтесін өсімдік майы	капуста белокчанная морковь огурец Укроп/петрушка масло растительное	26	31	36
Картоп сиыр етімен	Жаркое по домашнему	150	180	200	Йолталган туз кант сиыр еті пияз өсімдік майы	соль сахар мясо говядина лук масло растительное	0,7 4 90 15 6	0,8 6 107 18 7	1,0 8 118 20 8
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	картоп лимон кант	картофель лимон сахар	150 18 20	180 18 20	200 18 20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

СВОИМ ОБЪЕДИНЕННЫМ
 ОРГАНИЗАЦИЯМ
 ТАК И НАМ
 И ДРУЖЬЕ

1 апта
 6 күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз қосылған қырыққабат салаты	Салат из капусты с морковью	50	60	70	ак қауданды	капуста	25,6	30,7	35,8
					қырыққабат	белокочанная	15	18	21
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	сәбіз	морковь	3	4	5
					өсімдік майы	масло растительное	0,7	0,8	1,0
					йодталған тұз	соль	4	6	8
					қант	сахар	103	113	133
					сыыр еті	мясо говядина	20	23	27
					пияз	лук	3	5	7
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	8
					ун	мука	25	25	25
					сәбіз	морковь	33	43	55
					макаронны	макаронны	2	3	5
Макаронны	Макаронны отпарные	100	130	150	сары май	масло сливочное	1	1	1
					йодталған тұз	соль	20	20	20
					Итмұрын	шповник	20	20	20
Итмұрын сусыны	Напиток из шповника	200	200	200	қант	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Нан	Хлеб	20	35	40			20	35	40

2 апта
 1-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
"Достық" ботқасы	Каша дружба молочная	150	180	200	күріш	рис	20	23	25
					тары	пшено	20	23	25
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
					сары май	масло сливочное	22	22,7	25
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
					ірімшік	сыр	12	17	22
					Қара шай	Чай байховый	2	2	2
					Шешер	сахар	20	20	20
Нан ірімшек маймен	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20			150	150	150
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200			20	20	20
Жемістер	Фрукты	150	150	150			150	150	150
Сағат 11.00-ге дейін									
Сағат 11.00-ден кейін									

ҚОНДЫ И ОБОРУТ...
В САМОСТОЯТЕЛЬНО...
ЧЮТСЯ.

ТАКЖЕ ОҒ...
ТАКЖЕ ОҒ...

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Нәзік сүздік	Шюв из говядины	150	180	200	сныр еті пиез	Мясо говядина лук	90 15	107 16	107 17
		150	180	200	өсімдік майы	масло растительное	8	10	11
Салат "Витаминка"	Салат "Витаминка"	50	60	70	күршім	рис	51	61	68
					йодталған тұз	соль	0,4	0,4	0,4
					себіз	морковь	14	17	19
					ак қауланды	капуста	26	31	36
					қырыққабат	белокачанная	6	7	8
					себіз	морковь	1,1	1,3	1,5
					клар	огурец	5	6	7
					Асқоқ/шоптесін	Укроп/петрушка	3	4	5
					өсімдік майы	масло растительное	0,7	0,8	1,0
					йодталған тұз	соль	4	6	8
калт	сахар	20	35	40					
Шап	Хлеб	20	35	40	бұдай ұны	хлеб пшеничный	2	2	2
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай	Чай байховый	20	20	20
					шекер	сахар			

2 апта
2-ші күні

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тоқаш "Школьная"	Булочка "Школьная"	50	50	50	бұдай ұны (ж/с)	мука в/с	22	22	22
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	0,19	0,19	0,19
Қоқоніс бұқтырмасы	Рагу из курицы	150	180	200	йодталған тұз	соль	0,01	0,01	0,01
					калт	сахар	10	15	20
					сүт	молоко	11	11	11
					өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
					ашытқы	дрожжи	1	1	1
					Қус еті	Мясо курицы	117	138	160
					каргоп	картофель	54	64	72
					себіз	морковь	25	30	33
					асқабак	кабачки	27	32	36
					пияз	лук	12	14	16
					ак қауланды	капуста	42	48	52
					қырыққабат	белокачанная			

	Кисель	Хлеб	Тағамның шығамы, г			Ингредиенттері	Брутто		
			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Кисель	200	200	200	200	200	масло растительное	7,5	9	10
Хлеб	20	35	40	40	40	соль	0,5	0,6	0,7
						кисель	2,4	2,4	2,4
						сахар	10	10	10
						кислота лимонная	0,1	0,1	0,1
						хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта
3-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенттері	Брутто		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сағат 11.00-ге дейін									
Жүгері жармасына жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	крупя кукурузная	40	47	49,4
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					йолталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
					сары май	масло сливочное	22	23	25
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	30	45	60	
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	150	150	150	
Ара балы	Мед	10	10	10	ара балы	10	10	10	
Сүт	Молоко	200	200	200	сүт	200	200	200	
Сағат 11.00-ден кейін									
Ет бітпөкшелері	Биточки из говядины	50/50	60/50	70/50	сыыр еті	мясо говяжье	105	115	125
					бидай паны	хлеб пшеничный	14	16	18
					пияз	лук	20	23	27
					кепірілген нан	сухари панированные	8	9	10
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					кызанақ пастасы	томат паста	5	7	10
					сәбіз	морковь	25	25	25
					қарақұмық жармасы	крупя гречка	48	62	71
					сары май	масло сливочное	5	7	10
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кепірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Жемістер	Фрукты	150	150	150	қант	сахар	20	20	20
					Жемістер	фрукты	150	150	150

План	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз бен пілма салаты	Салат из моркови с яблоком	50	60	70	сәбіз пілма қант	морковь яблоко сахар	48 2 8	64 3 11	80 4 13
Балық котлеті	Котлеты рыбные	50/50	70/50	80/50	өсімдік майы балық бидай наны сүт пияз ун	масло растительное рыба судак хлеб пшеничный молоко лук мука томат паста	5 123 7 13 20 7	6 143 9 18 23 9	8 163 11 20 27 11
Қартон сәбізі	Картофельное пюре	100	130	150	қызанақ пастасы сәбіз пияз	морковь лук	21 2	23 2	25 2
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	өсімдік майы йодталған тұз	масло растительное соль	7 1	9 1	11 1
Пан	Хлеб	20	35	40	картон сүт сары май лимон қант	картофель молоко масло сливочное лимон сахар	126 17 7 18 20	150 22 9 18 20	174 26 10 18 20
		20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2-апта
4-ші күн

2-апта
5-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	сыыр еті пияз өсімдік майы ун сәбіз	мясо говядина лук масло растительное мука морковь	103 20 3 5 25	113 23 5 6 25	133 27 7 8 25
Макарон	Макарони отварные	100	130	150	макарон сары май йодталған тұз	макарон масло сливочное соль	33 2 1	43 3 1	55 5 1

Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	капг	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта

6-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Гөлубы (жалқау) етпен және күрішпен, соуспен	Голубцы лепные с соусом	200	200	200	ак қауланды	капуста	103	103	103
					қырыққабат	белокочанная			
					сыыр еті	мясо говядина	100	100	100
					күріш жармасы	крупа рис	10	10	10
					пияз	лук	14	14	14
					өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					қаймақ	сметана	16	16	16
					ұн	мука	5	5	5
					сәбіз	морковь	7	9	11
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Нан	Хлеб	20	35	40	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					капг	сахар	20	20	20