

КАЗАХСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ



«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ

РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТИУБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТИУБИНСКОЙ 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 қежеттілігін 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.

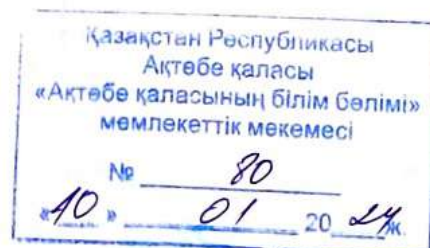
Ақтөбе облысы бойынша жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыруға арналған перспективалық ас мәзірі жұмыс тобы мәжілісінің хаттамасы негізінде бекітілді.

Қосымша: 9 бетте

Басқарма басшысы

Ж.Сұлтан

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





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

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

Ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға 603 теңге

1 апта
 1-ші күн

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	Жемістер	сыр	12	17	22
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай шекер	фрукт Чай байховый сахар	150	150	150
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
								2	3
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 шпешіңшый	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 қаулаңды қырыққабат салаты	50	60	70	өсімдік майы	масло растительное	8	10	11
Салат из капусты с зеленью				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 қаулаңды қырыққабат	капуста	50	60	70
				шөттесін /петрушка/	зелень петрушка	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 юлашы (Вагрушка)	Вагрушка с творогом	50	50	50	жұмыртка (меланж)	яйцо (меланж)	0,19	0,19	0,19
Ара балы	Мед	10	10	10	Йодтылган тұз	соль	0,01	0,01	0,01
Сүт	Молоко	200	200	200	кайт	сахар	10	10	10
Жемістер	Фрукты	150	150	150	сүт	молоко	11	11	11
					өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
					шығытқы	дрожжи	1	1	1
					ара балы	мед	10	10	10
					сүт	молоко	200	200	200
					Жемістер	фрукты	150	150	150

Сағат 11.00-ден кейін

Ет қолдесті соусымен	Котлеты из говядины с соусом	50/50	60/50	70/50	сыыр еті	мясо говядина	105	115	125
					пияз	лук	20	23	27
Бытырап піскен қарақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
					нан	хлеб пшеничный	14	16	18
Көптірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					ун	мука	5	6	8
Пияз	Хлеб	20	35	40	қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					себіз	морковь	25	25	25
Көптірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	қарақұмық	крупа гречка	48	62	71
					жармасы	масло сливочное	4	5	6
Пияз	Хлеб	20	35	40	сары май	соль	1	1	1
					Йодтылган тұз	сухофрукты	20	20	20
Көптірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кеңгірліген	сахар	20	20	20
					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
					пияз	лук	15	18	21
Бұқтырылған құс еті қондырғымен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	өсімдік майы	масло растительное	6	7	8
					шептегісі/ петрушка	зелень петрушка	8	9	10

распространяется на граждан
 ора либо доготов
 и 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
					кызылжак пастасы	томат паста	9	12	14
					бидай ұшы	мука	1	1	1
					қант	сахар	3	4	5
					өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					кисель	кисель	24	24	24
					қант	сахар	10	10	10
					лимон қышқылы	кислота лимонная	0,1	0,1	0,1
					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 қант 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	кызылжак пастасы картоп лимон қант	томат паста картофель лимон сахар	7 150 18 20	8 180 18 20	9 200 18 20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

СВОИМ ОБЪЕДИНЕННЫМ
 ОРГАНИЗАЦИЯМ
 ТАК И НАМ
 И ДРУЖИ
 ОБЪЕДИНЕННЫМ
 И ДРУЖИ

1 апта
 6 күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығарымы, 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	капуст	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
					Нан	Хлеб	20	35	40
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	өсімдік майы	масло растительное	3	5	7
					ун	мука	5	6	8
Макаронны	Макаронны отпарные	100	130	150	макаронны	макаронны	2	3	5
					сары май	масло сливочное	1	1	1
Итмұрын сусыны	Напиток из шповника	200	200	200	Итмұрын	шповник	20	20	20
					қант	сахар	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта
 1-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығарымы, 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
					быдай 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	200	200	200	Жемістер	фрукты	150	150	150
					Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150

Сағат 11.00-ге дейін

Сағат 11.00-ден кейін

ҚОНДЫ И ОБОРУТ...
В САМОСТОЯТЕЛЬ...
ЧЮТСЯ.

ТАКЖЕ ОУ...

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
Наурыз сандар етімен	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
		50	60	70	йодталған тұз	соль	0,4	0,4	0,4
		50	60	70	себіз	морковь	14	17	19
		50	60	70	ак қауланды	капуста	26	31	36
		50	60	70	қырыққабат	белокачанная	6	7	8
		50	60	70	себіз	морковь	1,1	1,3	1,5
		50	60	70	клар	огурец	5	6	7
		50	60	70	Асқоқ/шоптесін	Укроп/петрушка	3	4	5
		50	60	70	өсімдік майы	масло растительное	0,7	0,8	1,0
		50	60	70	йодталған тұз	соль	4	6	8
Шай	Чай с сахаром	20	35	40	калт	сахар	20	35	40
		200	200	200	бидай наны	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	бидай ұны (ж/с)	мука в/с	22	22	22
		50	50	50	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
		150	180	200	калт	сахар	10	15	20
		150	180	200	сүт	молоко	11	11	11
		150	180	200	өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
		150	180	200	ашытқы	дрожжи	1	1	1
		150	180	200	Қус еті	Мясо курицы	117	138	160
		150	180	200	каргоп	картофель	54	64	72
		150	180	200	себіз	морковь	25	30	33
		150	180	200	асқабак	кабачки	27	32	36
		150	180	200	пияз	лук	12	14	16
					ак қауланды	капуста	42	48	
					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			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	Найменованне блока	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	Кана кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	куруза кукурузная	40	47	49,4
						сүт	80	100	115
						қант	7,3	9,5	9,8
						йолталған тұз	0,7	0,8	0,8
						сары май	22	23	25
Печенье	30	45	60	Печенье	30	45	60		
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150		
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10		
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200		
Сағат 11.00-ден кейін									
Ет биточкілері	Биточки из говядины	50/50	60/50	70/50	сыыр еті	мясо говяжье	105	115	125
						бидай паны	14	16	18
						пияз	20	23	27
						кепітірілген нан	8	9	10
						өсімдік майы	5	6	7
						жұмыртқа (меланж)	4	5	6
						кызанақ пастасы	5	7	10
						сәбіз	25	25	25
						қарақұмық жармасы	48	62	71
						сары май	5	7	10
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кепітірілген жеміс	20	20	20	
Жемістер	Фрукты	150	150	150	сахар	20	20	20	
					фрукты	150	150	150	

План	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Планы 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 пілмә салаты	Салат из моркови с яблоком	50	60	70	сәбіз пілмә 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	5 123 7 13 20 7	6 143 9 18 23 9	8 163 11 20 27 11
Қартоп сәбізі	Картофельное пюре	100	130	150	қызынақ пастасы сәбіз пияз	томат паста морковь лук	6 21 2	6 23 2	6 25 2
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	өсімдік майы йодталған тұз	масло растительное соль	7 1	9 1	11 1
Хлеб	Хлеб	20	35	40	қартоп 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
Хлеб	Хлеб	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	мясо говядина лук масло растительное	103 20 3	113 23 5	133 27 7
Макаронны	Макаронны отварные	100	130	150	ун сәбіз макаронны сары май йодталған тұз	мука морковь макаронны масло сливочное соль	5 25 33 2 1	6 25 43 3 1	8 25 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	Ерутпа		
		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	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					капг	сахар	20	20	20