

КАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ

«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ



РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТЮБИНСКОЙ 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

КАЗАҚСТАН 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





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

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 бөкітілуге тиісті баға 603 теңге

Тағамның атауы	Наймсование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто			
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
		Сағат 11.00-ге дейін								
Тары жармасынан жасалған ботқа	Каша пшеница	150	180	200	Тары жармасы	крупа пшеница	40	47	49	
					сүт	молоко	80	100	115	
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8	
					йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8	
Ірімшікпен жасалған бутерброд	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	сары май	масло сливочное	22	23	25	
					білді нан	хлеб пшеничный	20	35	40	
					ірімшік	сыр	12	17	22	
					Жемістер	фрукт	150	150	150	
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай	Чай байховый	2	2	2	
					шөккер	сахар	20	20	20	
					Сағат 11.00-ден кейін					
					Ет тефтелі соусмен	Тефтели говяжьи с соусом	55/50	65/50	75/50	сүір еті
пияз	лук	20	25	31						
өсімдік майы	масло растительное	4	5	6						
күріш	рис	5	9	11						
жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	3	4	5						
ұн	мука	5	6	8						
қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6						
сәбіз	морковь	20	22	25						
Макаронны	Макаронны отварные	100	130	150	макаронны	макаронны	33	43	55	
					сары май	масло сливочное	2	3	5	

Тағам	Чай с сахаром	200	200	200	Боталған тұз	соль	1	1	1
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	20	20	20
Хлеб	Хлеб	20	35	40	Билдай наны	хлеб пшеничный	150	150	150
							20	35	40

1 апта
2-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
Палау құс етінен	Плов из курицы	150	180	200	Құс еті	Мясо курицы	117	138	160
					өсімдік майы	масло растительное	8	10	11
					сәбіз	морковь	18	20	24
					пияз	лук	15	17	19
					күріш	рис	50	60	68
					ак қаулаңды қырыққабат	капуста белокачанная	50	60	70
Ақ қаулаңды қырыққабат салаты	Салат из капусты с зеленью	50	60	70	шоптесін /петрушка/	зелень петрушка	6	8	10
					сәбіз	морковь	20	25	30
					өсімдік майы	масло растительное	3	4	5
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	кайт	сахар	20	20	20
					билдай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта
3-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
		Сағат 11.00-ге дейін							
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	крупа кукурузная	40	47	49,4
					сүт	молоко	80	100	115
					кайт	сахар	7,3	9,5	9,8
					Ботталған 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

Сүбіне кысылган тоқаш Вагрушка	Вагрушка с творогом	Сағат 11.00-ден кейін			жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	0,19		
		50	50	50			0,01	0,01	0,01
		10	10	10			10	10	10
		200	200	200			11	11	11
		150	150	150			2	2	2
Ара балы	Мед				осімдік майы	масло растительное	1	1	1
Сүт	Молоко				ашытқы	дрожжи	10	10	10
Жемістер	Фрукты				ара балы	мед	200	200	200
					сүт	молоко	150	150	150
					Жемістер	фрукты			

Сағат 11.00-ден кейін

Ең көптегі соусмен	Котлеты из говядины с соусом	50/50	60/50	70/50	сныр еті	мясо говядина	105	115	125
					пияз	лук	20	23	27
					осімдік майы	масло растительное	5	6	7
					нан	хлеб пшеничный	14	16	18
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
Былтырап піскен қарақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	ұн	мука	5	6	8
					қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	25	25	25
					қарақұмық жармасы	крупа гречка	48	62	71
					сары май	масло сливочное	4	5	6
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	йодталған тұз	соль	1	1	1
					кептірілген	сухофрукты	20	20	20
					қант	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 янта

4-ші күн

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 кок- оністермен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	құс еті	Масо курицы	140	150	170
					пияз	лук	15	18	21
					осімдік майы	масло растительное	6	7	8
					шөптесін/ петрушка	зелень петрушка	8	9	10

распространяется на граждан, работающие в...

Наименование блюда	Витамины			Макроэлементы			Микроэлементы		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Карпоз, кырыккабат	100	130	150	15	18	20	143	186	215
Карпоз				5	7	8	3	4	5
Карпоз				9	12	14	1	1	1
Карпоз				3	4	5	3	4	5
Карпоз				4	5	6	24	24	24
Карпоз				10	10	10	0,1	0,1	0,1
Карпоз				20	35	40	20	35	40

1-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенттері	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	ак қауаңды кырыккабат	капуста	26	31	36
					сәбіз	белокочанная	6	7	8
					кыяр	морковь	1,1	1,3	1,5
					Асқор/шоптосін	огурец	5	6	7
					осімдік майы	масло растительное	3	4	5
Картоп сиыр етімен	Жаркое по домашнему	150	180	200	йодталған тұз	соль	0,7	0,8	1,0
					кайт	сахар	4	6	8
					сиыр еті	мясо говядина	90	107	118
					пияз	лук	15	18	20
					осімдік майы	масло растительное	6	7	8
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	кызылқарға пастасы	томат паста	7	8	9
					картоп	картофель	150	180	200
					лимон	лимон	18	18	18
					кайт	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

13-18 ж.м.	15,8
------------	------

рунды и обороты
в самостоятельном
ются.

также от

Наименование блюда	Плов из говядины	150	180	200	список ед.	Мясо говядина	90	107	117
Плов					плов	лук	15	16	17
Салат "Витаминка"	Салат "Витаминка"	50	60	70	осимдик майы	масло растительное	8	10	11
					курин	рис	51	61	68
					йодталган туз	соль	0,4	0,4	0,4
					себиз	морковь	14	17	19
					ак кауданды	капуста	26	31	36
					кырыккабат	белокочанная	6	7	8
					себиз	морковь	1,1	1,3	1,5
					кыар	огурец	5	6	7
					Аскак/шонтесин	Укроп/петрушка	3	4	5
					осимдик майы	масло растительное	0,7	0,8	1,0
					йодталган туз	соль	4	6	8
					кант	сахар	20	35	40
					бидай наны	хлеб пшеничный	2	2	2
					Кара шай	чай байховый	20	20	20
					шекер	сахар	20	20	20

2 анта
2-ші күн

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
Тоқаш "Школьная"	Булочка "Школьная"	50	50	50	бидай ұны (ж/с)	мука в/с	22	22	22
					жұмыртқа (меланж)	яйно (меланж)	0,19	0,19	0,19
					йодталган туз	соль	0,01	0,01	0,01
					кант	сахар	10	15	20
					сут	молоко	11	11	11
Көкөніс бұқтырмасы	Рагу из курицы	150	180	200	осимдик майы	масло растительное	2	2	2
					ашытқы	дрожжи	1	1	1
					Қус еті	Мясо курицы	117	138	160
					картоп	картофель	54	64	72
					себиз	морковь	25	30	33
					аскабак	кабачки	27	32	36
					пияз	лук	12	14	16
					ак кауданды	капуста	42	48	52
					кырыккабат	белокочанная			

Кисель	200	200	200	масло растительное	7,5	9	10
Нан	Хлеб	20	35	40	20	35	40

2 апта
3-ші күн

3-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
Сағат 11.00-ге дейін									
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	куруза кукурузная	40	47	49,4
					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	23	25
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	Печенье	30	45	60
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150
Ара балы	Мед	10	10	10	ара балы	мед	10	10	10
Сүт	Молоко	200	200	200	сүт	молоко	200	200	200
Сағат 11.00-ден кейін									
Ет биточкілері	Биточки из говядины	50/50	60/50	70/50	сыйр еті	мясо говяжье	105	115	125
					бидай паны	хлеб пшеничный	14	16	18
					пияз	лук	20	23	27
					кептірілген нан	сухари панировочные	8	9	10
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
Бытырал піскен қарақұмық	Гречка рассыпчатая	100	130	150	жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					қызанақ пастасы	томат паста	5	7	10
					сәбіз	морковь	25	25	25
					қарақұмық жармасы	крупка гречка	48	62	71
					сары май	масло сливочное	5	7	10
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					қант	сахар	20	20	20
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150

Пән	Хлеб	20 жас	35 жас	40 жас	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
-----	------	--------	--------	--------	------------	----------------	----	----	----

2-апта
4-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, 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 алма салаты	Салат из моркови с яблоком	50	60	70	сәбіз	морковь	48	64	80
					алма	яблоко	2	3	4
					қант	сахар	8	11	13
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	8
					бидаяқ	рыба судак	123	143	163
Балық котлеті	Котлеты рыбные	50/50	70/50	80/50	бидай наны	хлеб пшеничный	7	9	11
					сүт	молоко	13	18	20
					пияз	лук	20	23	27
					ун	мука	7	9	11
					қызылқанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	21	23	25
					пияз	лук	2	2	2
					өсімдік майы	масло растительное	7	9	11
					йодталған тұз	соль	1	1	1
					картон	картофель	126	150	174
Картон езбесі	Картофельное пюре	100	130	150	сүт	молоко	17	22	26
					сары май	масло сливочное	7	9	10
					лимон	лимон	18	18	18
					қант	сахар	20	20	20
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200					
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2-апта
5-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, 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	мясо говядина	103	113	133
					пияз	лук	20	23	27
					өсімдік майы	масло растительное	3	5	7
					ун	мука	5	6	8
					сәбіз	морковь	25	25	25
Макарон	Макарон отварные	100	130	150	макарон	макарон	33	43	55
					сары май	масло сливочное	2	3	5
					йодталған тұз	соль	1	1	1

Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Нап	Хлеб	20	35	40	капт	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
Голубцы (жалпау) етпен және күрішпен, соуспен	Голубцы лепные с соусом	200	200	200	ак жауданды	капуста	103	103	103
					қырыққабат	белокочанная			
					сыйыр еті	мясо говядины			
					күріш жармасы	крупа рис			
					пияз	лук			
					өсімдік майы	масло растительное			
					каймак	сметана			
					ұн	мука			
					сәбіз	морковь			
					бидай наны	хлеб пшеничный			
Нап	Хлеб	20	35	40	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	капт	сахар	20	20	20