

«Бекітемін»  
Маңғыстау облысының білім басқармасының  
Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің  
«№12 бастауыш мектеп» КММ директоры  
Усенова З.О



2022ж

Маңғыстау облысының білім басқармасының Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің «№12 бастауыш мектеп» КММ-нің екі аптаға арналған ас мәзірі. 1 аптаның 1 күні

Оқушылардың жасына байланысты ас мөлшері				
№	Тағам атауы	Жасы		Құрамы, негізгі ингредиенттер
		6-11 жас	Ккалл	
1	Сүтті вермишель	200г	255,2	вермишель, сүт, сарымай, қант, тұз, су
2	Тәтті шай	200г	50	Шай, қант, су
3	Жеміс	1 дана	84	
4	Нан ірімшікпен	20+5	44,4+5	Бидай ұны, ашытқы, тұз, қант, май, су, ірімшік

Әлеуметтік педагог: Меделова Н  
Аспазшы: Джумагулова Б

«Бекітемін»  
 Мангыстау облысының білім басқармасының  
 Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің  
 «№12 бастауыш мектеп» КММ директоры  
 \_\_\_\_\_ Усенова З.О

2022ж



**Маңғыстау облысының білім басқармасының Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің «№ 12 бастауыш мектеп» КММ-нің екі аптаға арналған ас мәзірі. 1 аптаның 2 күні**

Оқушылардың жасына байланысты ас мөлшері				
№	Тағам атауы	Жасы		Құрамы, негізгі ингредиенттер
		6-11 жас	Ккалл	
1	Бұқтырылған тауық еті	80г	168	Тауық еті, сұйықмай, тұз
2	Қайнатылған күріш	100г	114	Күріш, сарымай, тұз, су
3	Сәбіз салаты	60г	70	Сәбіз, тұз, сұйықмай
4	Жеміс шырыны	200г	69	Жеміс шырыны
5	Нан	20	44,4	Бидай ұны, ашытқы, тұз, қант, май, су

*Әлеуметтік педагог: Меделова Н*  
*Аспазшы: Джумагулова Б*

**«Бекітемін»**  
Манғыстау облысының білім басқармасының  
Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің  
«№12 бастауыш мектеп» ҚММ директоры  
Усенова З.О



2022ж

**Манғыстау облысының білім басқармасының Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің «№ 12 бастауыш мектеп» ҚММ-нің екі аптаға арналған ас мәзірі. 1 аптаның 3 күні**

Оқушылардың жасына байланысты ас мөлшері				
№	Тағам атауы	Жасы		Құрамы, негізгі ингредиенттер
		6-11 жас	Ккалл	
1	Борщ	200/25г	255	Сиыр еті, қырыққабат, картоп, сәбіз, жуа, сұйықмай, тұз, су, томат
2	Айран	200г	200	Айран
3	Нан	20г	44,4	Бидай ұны, ашытқы, тұз, қант, май, су

*Әлеуметтік педагог: Меделова Н  
Аспазшы: Джумагулова Б*

  
«Бекітемін»  
Маңғыстау облысының білім басқармасының  
Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің  
«№12 бастауыш мектеп» КММ директоры  
Усенова З.О

2022ж

**Маңғыстау облысының білім басқармасының Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің «№12 бастауыш мектеп» КММ-нің екі аптаға арналған ас мәзірі. 1 аптаның 4 күні**

Оқушылардың жасына байланысты ас мөлшері				
№	Тағам атауы	Жасы		Құрамы, негізгі ингредиенттер
		6-11 жас		
1	Тауық етінен котлет	80г	168г	Тауық еті, жуа, жкмыртқа, тұз, бұрыш
2	Гарнир бытыранқы қарақұмық	100г	52г	Қарақұмық, су, тұз, сарымай
3	Тәтті шәй	200г	50г	Шәй, қант
4	Нан сарымаймен	20+5г	44,4г	Бидай ұны, сарымай

*Әлеуметтік педагог: Меделова Н  
Аспазшы: Джумагулова Б*



«Бекітемін»  
Маңғыстау облысының білім басқармасының  
Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің  
«№12 бастауыш мектеп» КММ директоры  
Усенова З.О

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022ж

Маңғыстау облысының білім басқармасының Жаңаөзен қаласы бойынша білім бөлімінің «№12 бастауыш мектеп» КММ-нің екі аптаға арналған ас мәзірі. 1 аптаның 5 күні

Оқушылардың жасына байланысты ас мөлшері				
№	Тағам атауы	Жасы		Құрамы, негізгі ингредиенттер
		6-11 жас	11-18 жас	
1	Сүзбе пісірмесі (запеканка)	150г	252	Сүзбе, қант, сүт, сарымай, жұмыртқа, манка
2	Кисель	200г	200	Кисель концентраты, қант
3	Жеміс	1 дана	84	алма
4	Нан	20 г	44,4	Бидай ұны, ашытқы, тұз, қант, май, су

Әлеуметтік педагог: Меделова И  
Аспазшы: Джумагулова Б