



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 1апта/4күн) 01.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Қырыққабат пен сәбіз салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Минтай балығынан жасалған фишболдар	70/90/100
3	Сүтті-қызанақты тұздық	20/20/20
4	Картоп пен сәбіз езбесі	130/150/180
5	Қант қосылған кептірілген жеміс компоты	200/200/200
6	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50
7	Алма	120/120/120

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Қырыққабат салаты	100	250
2	Қызыл сапалы салаты	100	250
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Торис	200	350
2	Қызыл сорпа	200	350
3	Қызыл сорпа	200	350
4	Темік піскен тауық сәлем	100	600
5	Қызыл сорпа	100	600
6	Картоп езбесі	150	300

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі Азас

Медбике Ж



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 1 апта/5 күн) 02.10.2016

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Дәруменді салат (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Тұздықпен қайнатылған жылқы еті	70/90/100
3	Қамырдан жасалған түйір	130/150/180
4	Сүт қосылған какао	200/200/200
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Ғозомша салаты</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
2			
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>«Рассольник» сортаен</i>	<i>250</i>	<i>350</i>
2			
3	<i>Пюре</i>	<i>250</i>	<i>800</i>
4			
5			
6			

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

Асхана

Медбике

Медбике



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 2апта/1күн) 05.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Ірімшік қосылған қызылша салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Құс етінен Болоньезе пастасы	200/220/250
3	Каркаде шайы	200/200/200
4	Алма	120/120/120
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Дәруилдері салат	100	250
2	Қызылша салаты	100	250
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Карто	200	350
2	Кекпе	200	450
3	Қуырдақ	200	800
4	Мамтас	1м	400
5	Кілегейлі тұрғыш тағары мәсі	100	600
6	Кармоя ағас	100	300

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

Ағас

Медбике

ад

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«Жұмабек Тәжібаев» атындағы
№10 мектеп-гимназия» ШЖК МКБ директоры
Орынбаев Б.Ш.



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 2 апта/2күн) 06.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Сиыр етінен жасалған кірпілер	70/20/90/20/100/20
2	Қаймақ тұздығы	20/20/20
3	Көкөністер қосылған үгілмелі арпа жармасы	130/150/180
4	Сүт қосылған шай	200/200/200
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>сүлме</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
2	<i>сәбіз</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>сәбіз</i>	<i>100</i>	<i>400</i>
2	<i>фрукт</i>	<i>200</i>	<i>500</i>
3	<i>кейбір</i>	<i>100</i>	<i>800</i>
4	<i>сәбіз</i>	<i>200</i>	<i>800</i>
5	<i>кейбір фрукт</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
6	<i>сәбіз, морс</i>	<i>150</i>	<i>300</i>

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі *Асхан*

Медбике *Медбике*



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз.2 апта/3күн) 07.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы,гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Сәбіз пен қырыққабат таяқшалары (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Тауық таяқшалары	70/90/100
3	Қаймақ тұздығы	20/20/20
4	Бұршақ езбесі	130/150/180
5	Денсаулық сусыны	200/200/200
6	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы,гр	Баға, тг
1	<i>Қырыққабат</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
2	<i>Салат</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы,гр	Баға, тг
1	<i>Борщ</i>	<i>200</i>	<i>350</i>
2	<i>«Астамалас» сармасы</i>	<i>200</i>	<i>350</i>
3	<i>Чукурдан</i>	<i>200</i>	<i>800</i>
4	<i>Зеленка</i>	<i>200</i>	<i>800</i>
5	<i>Котлет</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
6	<i>Бұлтартқыш қураш</i>	<i>150</i>	<i>300</i>

№	Сусындар	Тағамның шығуы,гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

Асхана

Медбике

Медбике



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 2 апта/4күн) 08.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Дәруменді салат (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Палау	200/220/250
3	Сүт қосылған какао	200/200/200
4	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Талқан шыр, қызылсаң	100	250
2	Жүзімшасы бақалар	100	250
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Рассольник	200	350
2	Кесне	200	450
3	Бигус	200	800
4	Салат	100	600
5	Нұрлытаң бақал (сұрақ)	100	600
6	Картоп сүзбесі	150	300

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі Азас

Медбике Ж



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 2 апта/5күн) 09.10.2020

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Ірімшік қосылған сәбіз салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30/40/50
2	Жылқы етінен/сиыр етінен палау	200/220/250
3	Алма, маусым бойынша жеміс	120/120/120
4	Кептірілген жемістерден компот	200/200/200
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Қызыл сәбіз салаты</i>	<i>100</i>	
2	<i>Алыс салаты</i>	<i>100</i>	
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Менмен</i>	<i>200</i>	<i>350</i>
2	<i>«Алматы» сарнасы</i>	<i>200</i>	<i>450</i>
3	<i>«Тамаша»</i>	<i>200</i>	<i>800</i>
4	<i>Кішкентай таураң тағамы</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
5	<i>Котлет</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
6	<i>Бұқтырма тағамы</i>	<i>100</i>	<i>300</i>

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

[Signature]

Медбике

[Signature]

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«Жұмабек Төшенев» атындағы
№10 мектеп-гимназия» ШЖҚ МҚК директоры
Орынбаев Б.Ш.



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. 3 апта/1күн) 12.10.16

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Сәбіз пен қияр таяқшалары (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	60/80/100
2	Қаймақ тұздығындағы тауық еті	70/90/100
3	Көкөністер қосылған қарақұмық ботқасы	130/150/180
4	Жаңа піскен алма мен мейіз компоты	200/200/200
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Сүт сәлеметі</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
2	<i>Викетрек</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Рассольник</i>	<i>200</i>	<i>350</i>
2	<i>Кеселе</i>	<i>200</i>	<i>450</i>
3	<i>Жаппау</i>	<i>200</i>	<i>400</i>
4	<i>Мәдениет</i>	<i>70</i>	<i>400</i>
5	<i>Треске кісін тағам сая емі</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
6	<i>Бұттергастар күрісі</i>	<i>150</i>	<i>300</i>

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

Ағас

Медбике

а



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. Запта/2күн) 13. 10. 26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Митболдар	70/90/100
2	Қаймақ тұздығы	20/20/20
3	Пісірілген макарон	130/150/180
4	Кептірілген жемістерден мен кант қосылған компот	200/200/200
5	Алма	120/120/120
6	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Қызылшадаст салаты	100	250
2	Қызылша салаты	100	250
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Борщ	200	350
2	Петрушкадан сорпа	200	450
3	Қызылша	200	200
4	Айран	200	200
5	Қызылша, май, тамақ тас ет.	100	600
6	Қармақ етесі	150	300

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

А.Асан

Медбике

А.А.



АС МӘЗІРІ (Жаз-күз. Запта/Зкүн) 14.10.26

№	Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр 7-10 жас/11-14 жас/15-18 жас
1	Ірімшік қосылған қызылша салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	60/80/100
2	Тауық етінен жасалған гуляш	70/90/100
3	Көкөністер қосылған Көктем күріші	130/150/180
4	Денсаулық сусыны	200/200/200
5	Қара бидай/ бидай наны	30/50/50

№	Салаттар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Әзізхасевері</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
2	<i>Викторет</i>	<i>100</i>	<i>250</i>
3			

№	Еркін тандау	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	<i>Күріс сармасы</i>	<i>200</i>	<i>350</i>
2	<i>«Айсаралық» сармасы</i>	<i>200</i>	<i>500</i>
3	<i>Талбау</i>	<i>200</i>	<i>800</i>
4	<i>Семіздік</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
5	<i>Көкөніс қосылған тағам мәсі</i>	<i>100</i>	<i>600</i>
6	<i>Бұтталма сармасы</i>	<i>150</i>	<i>300</i>

№	Сусындар	Тағамның шығуы, гр	Баға, тг
1	Кептірілген жемістерден жасалған компот	200гр.	100тг.
2	Кисель	200гр.	100тг.
3	Лимон қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
4	Сүт қосылған шәй пакеттегі	200гр.	100тг.
5	Пакеттегі қара шай	200гр.	100тг.
6	Каркадэ шәй сусыны	200гр.	100тг.
7	Лимон сусыны	200гр.	100тг.
8	Итмұрыннан жасалған сусын	200гр.	100тг.

Асхана жетекшісі

А.Асқар

Медбике

А.А.