



"БЕКІТЕМІН"
Түркістан облысы
білім басқармасының
басшысы

Ф. Джумашев

"15" 09 2008 ж

ТҮРКІСТАН ОБЛЫСЫНЫҢ АУДАН, ҚАЛАЛАРДАҒЫ МЕМЛЕКЕТТІК БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДАҒЫ (ЖАЛПЫ, НЕГІЗГІ ОРТА, БАСТАУЫШ, ШАҒЫН ЖИНАҚТЫ МЕКТЕПТЕРДЕГІ) ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҮКІМЕТІНІҢ 2008 ЖЫЛҒЫ 25 ҚАҢТАРДАҒЫ № 64 ҚАУЛЫСЫНДА КӨРСЕТІЛГЕН ӘЛЕУМЕТТІК ОСАЛ ТОП ОТБАСЫ БАЛАЛАРЫНА АРНАЛҒАН ЕКІ АПТАЛЫҚ ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ МАУСЫМДЫҚ (ҚЫС-КӨКТЕМ) АС МӘЗІРІ

| Астың атауы | Астың шығысы, гр 6 (7)-10 жас | Астың шығысы, гр 11-14 жас | Астың шығысы, гр 15-18 жас |
|---|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| Түскі ас 1 апта 1 күн | | | |
| Сүйек қайнатпасындағы "Харчо" сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Үй бұқтырылған еті, картоп (жаркое по домашнему) | 210/40гр | 250/45гр | 250/45гр |
| Қарабидай наны | 20гр | 40гр | 40гр |
| Пастеризованное молоко с медом | 160мл | 160мл | 160мл |
| Бал | 15 гр | 15 гр | 15 гр |
| Жеміс қосылған сүзбе | 100гр | 120гр | 130гр |
| Түскі ас 1 апта 2 күн | | | |
| Балғын көкөніс салаты | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек қайнатпасындағы қаймақ қосылған "Борщ" | 220/8гр | 250/8гр | 280/8гр |
| Қайнатылған арпасы бар тефтельдер | 80гр | 100гр | 100гр |
| Қайнатылған арпа | 110гр | 130гр | 150гр |
| Кисель (конц.) | 200 мл | 200мл | 200мл |
| Жемістер | 110гр | 110гр | 110гр |
| Қарабидай наны | 20гр | 40гр | 40гр |
| Ірімшік (Сыр) | 10гр | 15гр | 15гр |
| Түскі ас 1 апта 3 күн | | | |
| Ашытылған капуста қосылған салат (Салат из квашенной капусты) | 80гр | 100гр | 120гр |
| Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы тұздық (Рассольник на к/б со сметаной) | 220/10гр | 250/10гр | 280/15гр |
| Ет қосылған күріш | 210/35гр | 250/40гр | 250/40гр |
| Қарабидай наны | 20гр | 35гр | 40гр |
| Сүзбеше (творожная масса) | 125гр | 125гр | 125гр |
| Пастерленген сүт | 160мл | 160мл | 160мл |
| Жемістер | 130гр | 130гр | 130гр |
| Түскі ас 1 апта 4 күн | | | |
| Бұршақ қосылған көкөніс салаты | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек сорпасындағы үй кеспесі сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Балық етінен жасалған тефтел | 100гр | 120гр | 150гр |
| Гарнир: картоп пюресі | 100гр | 150гр | 150гр |
| Қарабидай наны | 20гр | 30гр | 40гр |
| Шырындар | 165гр | 165гр | 165гр |
| Жемістер | 110гр | 110гр | 110гр |
| Түскі ас 1 апта 5 күн | | | |
| Капустадан жасалған витаминді салат | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек сорпасындағы "Бұршақ" сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Қайнатылған тауық еті | 100гр | 120гр | 150гр |

| | | | |
|--|----------|----------|----------|
| Қайнатылған мақорон | 110гр | 130гр | 150гр |
| Қарабидай наны | 20гр | 30гр | 30гр |
| Бал | 10гр | 10гр | 10гр |
| Сузбеше (творожная масса) | 125гр | 125гр | 125гр |
| Пастерленген сүт | 160мл | 160мл | 160мл |
| Түскі ас 2 апта 1 күн | | | |
| Балғын көкөніс салаты | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек қайнатпасындағы "Харчо" сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Үй бұқтырылған еті, картоп (жаркое по домашнему) | 210/40гр | 250/45гр | 250/45гр |
| Қарабидай наны | 25гр | 45гр | 50гр |
| Пастерленген сүт | 160мл | 160мл | 160мл |
| Бал | 15гр | 15гр | 15гр |
| сузбеше (творожная масса) | 100гр | 100гр | 100гр |
| Жемістер | 110гр | 110гр | 110гр |

| Түскі ас 2 апта 2 күн | | | |
|--|----------|----------|----------|
| Ірімшік қосылған қызылша салаты (Салат свекольный с сыро) | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек қаунапасындағы "Бұршақ" сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Қайнатылған ет кесектері (Биточки мясны) | 80гр | 100гр | 100гр |
| Гарнир: Ұсақталған қарақұмық (гречка рассыпчатая) | 100гр | 120гр | 150гр |
| Қарабидай наны | 25гр | 45гр | 50гр |
| Кисель (конц.) | 200гр | 200гр | 200гр |
| Жемістер | 130гр | 130гр | 130гр |
| Түскі ас 2 апта 3 күн | | | |
| Салат из квашенной капусты | 80гр | 100гр | 120гр |
| Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы тұздық (Рассольник на к/б со сметаной) | 220/8гр | 250/8гр | 280/8гр |
| Ет қосылған күріш | 210/31гр | 250/40гр | 250/40гр |
| Қарабидай наны | 25гр | 45гр | 50гр |
| Пастерленген сүт | 160гр | 160гр | 160гр |
| Жеміс қосымдған сузбе | 100гр | 120гр | 150гр |
| Жемістер | 110гр | 110гр | 110гр |
| Түскі ас 2 апта 4 күн | | | |
| Бұршақ қосылған көкөніс салаты | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек сорпасындағы үй кеспесі сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Бұқтырылған көксерке балығы | 120гр | 150гр | 150гр |
| Гарнир: картоппюресі | 100гр | 150гр | 150гр |
| Қарабидай наны | 25гр | 40гр | 50гр |
| Шырындар | 165гр | 165гр | 165гр |
| Түскі ас 2 апта 5 күн | | | |
| Капустадан жасалған витаминді салат | 80гр | 100гр | 120гр |
| Сүйек сорпасындағы "Бұршақ" сорпасы | 220гр | 250гр | 280гр |
| Қайнатылған тауық еті | 100гр | 120гр | 150гр |
| Қайнатылған макорондар | 110гр | 130гр | 130гр |
| Қарабидай наны | 25гр | 45гр | 50гр |
| Бал | 15гр | 15гр | 15гр |
| сузбеше (творожная масса) | 150гр | 150гр | 150гр |
| Пастерленген сүт | 160 гр | 160 гр | 160 гр |