Согласовано
Техник-технолог ТОО «Астана АнИл»
Скосырская А.Г. _____

Согласовано
Директор ГКП на ПХВ «Школа-лицей №28»
акимата города Астаны
_____ Кусаинова А.Ж

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/1д)

02.02.2026

11-ге дейін / до 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сүт қосылған жұмсақ сұлы ботқасы / Каша овсянная молочная вязкая	150	200	250	сұлы жармасы / крупа овсянная	38,05	50,73	63,42
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	73,06	97,43	121,70
				су / вода	48,70	64,94	81,60
				қант / сахар	5,00	8,00	10,00
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,20	0,30	0,40
Маймен бутерброд / Бутерброд с маслом	25	30	35	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	15,00	20,00	25,00
				сары май / масло сливочное	10,00	10,00	10,00
Жидек киселі / Кисель ягодный	200	200	200	кисель / кисель концентрат	24,00	24,00	24,00
				су / вода	190,00	190,00	190,00
				қант / сахар	10,00	10,00	10,00
				лимонная	0,20	0,20	0,20
Алма / Яблоко	150	150	150	алма / яблоко	150,00	150,00	150,00

11-ден кейін / после 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сиыр етінен тефтелі / Тефтели говяжьи	70	80	90	сиыр еті / говядина	47,80	54,62	61,44
				су / вода	7,55	8,60	9,70
				күріш / рис	6,29	7,19	8,01
				пияз / лук репчатый	22,91	26,18	29,45
				күнбағыс майы / масло растительное	3,77	4,30	4,85
				тұз / соль	0,30	0,50	0,70
				бидай ұны / мука пшеничная	5,00	5,70	6,50
Қызанақ тұздығы / Соус томатный	20	25	30	бидай ұны / мука пшеничная	0,50	0,63	0,65
				сәбіз / морковь	0,80	1	1,04
				су / вода	20,00	25	30,00
				пияз / лук репчатый	0,80	1	1,04
				сары май / масло сливочное	0,50	0,63	0,65
				қант / сахар	0,20	0,25	0,26
				ақжелкен / петрушка	0,50	0,63	0,65
				тұз / соль	0,10	0,13	0,13
				қызанақ сәбсі / томат пюре	1,00	1,25	1,30
Қайнатып пісірілген қарақұмық / Гречка рассыпчатая	100	130	150	қарақұмық жармасы /гречка	41,7	54,20	62,55
				су / вода	79	102,70	118,50
				тұз / соль	0,3	0,50	0,70
				сары май / масло сливочное	3,0	3,90	4,50
Жидек киселі / Кисель ягодный	200	200	200	кисель / кисель концентрат	24,00	24,00	24,00
				су / вода	190,00	190,00	190,00
				қант / сахар	10,00	10,00	10,00
				лимон қышқылы / кислота лимонная	0,20	0,20	0,20
Қара бидай наны / Хлеб ржано-	25	30	40	қара бидай наны / хлеб ржано-	20	35	40
Алма / Яблоко	150	150	150	алма / яблоко	150,00	150,00	150,00

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____

Согласовано
Техник-технолог ТОО «Астана АнИл»
Скосырская А.Г. _____

Согласовано
Директор ГКП на ПХВ «Школа-лицей №28»
акимата города Астаны
_____ Кусаинова А.Ж.

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/2д)

03.02.2026

11-ге дейін / до 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сүт қосылған жұмсақ тары ботқасы / Каша пшенная молочная вязкая	150	200	250	тары жармасы / крупа пшено	36,96	49,28	61,70
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	71,06	94,79	118,42
				су / вода	47,39	63,19	78,99
				қант / сахар	5,00	8,00	10,00
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,20	0,30	0,40
Маймен бутерброд / Бутерброд с маслом	25	30	35	қара бидай наны / хлеб ржано-	15,00	20,00	25,00
				сары май / масло сливочное	10,00	10,00	10,00
Сүзбелі бәліш / Булочка творожная	40	40	40	бидай ұны / мука пшеничная	18,02	18,02	18,02
				себуге арналған бидай ұны / мука пшеничная на подпыл	0,98	0,98	0,98
				қант / сахар	2,58	2,58	2,58
				сары май / масло сливочное	1,00	1,00	1,00
				жұмыртқа ұнтағы / яичный порошок	2,77	2,77	2,77
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	5,29	5,29	5,29
				сүзбе / творог	8,16	8,16	8,16
				ашытқы / дрожжи	0,77	0,77	0,77
				тұз / соль	0,18	0,18	0,18
				ванилин / ванилин	0,02	0,02	0,02
				жұмыртқа ұнтағы / яичный порошок	0,61	0,61	0,61
Кептірілген жемістен компот / Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жемістер / сухофрукты	15,00	15,00	15,00
				қант / сахар	15,00	15,00	15,00
				лимон қышқылы / лимонная кислота	0,2	0,2	0,2
				су / вода	200	200	200

11-ден кейін / после 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сәбіз салаты / Салат морковный	60	80	100	сәбіз / морковь	67,20	89,60	112,00
				аскөк / зелень	1,80	2,40	3,00
				күнбағыс майы / масло растительное	4,20	5,60	7,00
				тұз / соль	0,2	0,3	0,5
Ет қосылған палау / Плов с мясом	170/30	220/40	250/50	сиыр еті / говядина	49,80	63,04	79,00
				күріш / крупа рисовая	46,55	59,85	66,50
				сәбіз / морковь	11,34	16,20	18,00
				күнбағыс майы / масло растительное	7,00	9,00	10,00
				пияз / лук репчатый	3,78	5,40	6,00
				су / вода	70,00	90,00	100,00
				тұз / соль	0,50	0,70	0,90
Кептірілген жемістен компот / Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жемістер / сухофрукты	15,00	15,00	15,00
				қант / сахар	15,00	15,00	15,00
				лимон қышқылы / лимонная кислота	0,2	0,2	0,2
				су / вода	200	200	200
Қара бидай наны / Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____

Согласовано
Техник-технолог ТОО «Астана АнИл»
Скосырская А.Г. _____

Согласовано
Директор ГКП на ПХВ «Школа-лицей №28»
акимата города Астаны
_____ Кусаинова А.Ж.

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/3д)

04.02.2026

11-ге дейін / до 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сүт қосылған жұмсақ күріш ботқасы / Каша рисовая молочная вязкая	150	200	250	күріш жармасы / крупа рисовая	38,50	51,21	63,91
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	72,00	95,76	119,52
				су / вода	42,30	56,26	70,22
				қант / сахар	5,00	8,00	10,00
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,20	0,30	0,40
Сүт қосылған какао / Какао с молоком	200	200	200	какао ұнтағы / какао порошок	20	20	20
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	100	100	100
				су / вода	110	110	110
				қант / сахар	20	20	20
Құрғақ печенье / Печенье сухое	20	30	40	құрғақ печенье / печенье сухое	20	30	40
Қара бидай наны / Хлеб ржано-пшеничный	25	30	40	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

11-ден кейін / после 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сиыр етінен жасаланған котлет / Котлеты говяжьи	80	90	100	сиыр еті / говядина (котлетное мясо)	57,60	64,80	72,00
				бидай наны / хлеб пшеничный	14,40	16,20	18,00
				нан ұнтағы / сухари	8,00	9,00	10,00
				пияз / лук репчатый	5,00	5,63	6,25
				күнбағыс майы / масло растительное	4,80	5,40	6,00
				сүт 2,5% / молоко 2,5 %	16,00	18,00	20,00
				тұз / соль	0,3	0,5	0,7
Қызанақ тұздығы / Соус томатный	20	25	30	бидай ұны / мука пшеничная	0,50	0,63	0,65
				сәбіз / морковь	0,80	1	1,04
				су / вода	20,00	25	30,00
				пияз / лук репчатый	0,80	1	1,04
				сары май / масло сливочное	0,50	0,63	0,65
				қант / сахар	0,20	0,25	0,26
				ақжелкен / петрушка	0,50	0,63	0,65
				тұз / соль	0,10	0,13	0,13
				қызанақ езбесі / томат пюре	1,00	1,25	1,30
Картоп пюресі / Пюре картофельное	100	130	150	картоп / картофель	109,62	142,50	164,42
				сүт 2,5% / молоко 2,5 %	19,75	22,79	25,00
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,3	0,5	0,7
Итмұрын сусыны / Напиток из шиповника	200	200	200	итмұрын / шиповник	20	20	20
				қант / сахар	20	20	20
				су / вода	200	200	200
Қара бидай наны / Хлеб ржано-пшеничный	25	30	40	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____

Согласовано
Техник-технолог ТОО «Астана АнИл»
Скосырская А.Г. _____

Согласовано
Директор ГКП на ПХВ «Школа-лицей №28»
акимата города Астаны
_____ Кусаинова А.Ж.

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/4д)

05.02.2026

11-ге дейін / до 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сүт қосылған жұмсақ 3 жарма ботқасы / Каша молочная вязкая 3 злака	150	200	250	3 дәнді жарма / крупа 3 злака	42,50	56,53	70,55
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	72,50	96,43	120,35
				су / вода	44,28	58,89	73,51
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				қант / сахар	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,20	0,27	0,33
Маймен бутерброд / Бутерброд с маслом	25	30	35	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	16,00	20,00	25,00
				сары май / масло сливочное	10,00	10,00	10,00
Кептірілген жемістен компот / Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жемістер / сухофрукты	15,00	15,00	15,00
				қант / сахар	15,00	15,00	15,00
				лимон қышқылы / лимонная кислота	0,2	0,2	0,2
				су / вода	200	200	200
Алма / Яблоко	150	150	150	алма / яблоко	150,00	150,00	150,00

11-ден кейін / после 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Дәрумендi салат / Салат витаминный	60	80	100	қырыққабат / капуста белокочанная	59,82	79,76	99,7
				сәбіз / морковь	7,85	10,47	13,09
				лимон қышқылы / лимонная кислота	0,24	0,24	0,24
				аскөк / зелень	3,02	4,03	5,04
				күнбағыс майы / масло растительное	3,02	4,03	5,04
				тұз / соль	0,2	0,3	0,5
Балық етінен тефтелі / Тефтели рыбные	70	80	90	көксерке филесі / судак филе	46,2	52,8	59,40
				пияз / лук репчатый	9,8	11,2	12,60
				бидай ұны / мука пшеничная	5,6	6,4	7,20
				күріш / рис	5,6	6,4	7,20
				тұз / соль	0,30	0,50	0,7
				күнбағыс майы / масло растительное	5,6	6,4	7,20
Ақ соус/ Соус белый	20	25	30	су / вода	22,00	27,50	33,00
				бидай ұны / мука пшеничная	1,00	1,25	1,50
				пияз / лук репчатый	0,50	0,63	0,75
				сары май / масло сливочное	1,00	1,25	1,50
				ақжелкен /петрушка	0,80	1,00	1,20
				тұз / соль	0,10	0,13	0,15
Бұқтырылған күріш / Рис припущенный	100	130	150	күріш жармасы / крупа рисовая	34,00	44,20	51,00
				су / вода	71,50	92,95	107,25
				сары май / масло сливочное	6,00	7,80	9,00
				тұз / соль	0,30	0,50	0,70
Кептірілген жемістен компот / Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жемістер / сухофрукты	15,00	15,00	15,00
				қант / сахар	15,00	15,00	15,00
				лимон қышқылы / лимонная кислота	0,2	0,2	0,2
				су / вода	200	200	200
Қара бидай наны / Хлеб ржано-	20	35	40	қара бидай наны / хлеб ржано-	20,00	35,00	40,00

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____

Согласовано
Техник-технолог ТОО «Астана АнИл»
Скосырская А.Г. _____

Согласовано
Директор ГКП на ПХВ «Школа-лицей №28»
акимата города Астана
_____ Кусаинова А.Ж.

АС МӘЗІРІ (қыс-көктем)/ МЕНЮ(зима-весна 1н/5д)

06.02.2026

11-ге дейін / до 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Сүт қосылған жұмсақ жүгері ботқасы / Каша молочная кукурузная вязкая	150	200	250	жүгері жармасы / крупа кукурузная	42,50	56,53	70,55
				сүт 2,5 % / молоко 2,5 %	72,50	96,43	120,35
				су / вода	44,28	58,89	73,51
				сары май / масло сливочное	5,00	8,00	10,00
				қант / сахар	5,00	8,00	10,00
				тұз / соль	0,20	0,30	0,40
Ірімшікмен бутерброды / Бутерброд с сыром	25	30	35	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	15	20	25
				ірімшік / сыр	10	10	10
Итмұрын сусыны / Напиток из шиповника	200	200	200	итмұрын / шиповник	20	20	20
				қант / сахар	20	20	20
				су / вода	200	200	200

11-ден кейін / после 11:00 часов

Тағамдардың атауы / Наименование	Тағамның шығуы / Выход блюда, г			Тағамның ингредиенттері / Ингредиенты блюда	Нетто, г		
	7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет		7-10 жас / лет	11-14 жас / лет	15-18 жас / лет
Бұқтырылған ет / Мясо тушенное	20/30	25/40	30/50	сиыр еті / говядина	49,80	66,4	83,0
				пияз / лук репчатый	1,8	2,4	3,0
				сәбіз / морковь	1,8	2,4	3,0
				күнбағыс майы / масло растительное	2,4	2,9	4,0
				бидай ұны/ мука пшеничная	2,0	2,4	3,0
				қызанақ езбесі /томатное пюре	5,0	6,0	8,0
				су / вода	20,0	25,0	30,0
				тұз / соль	0,4	0,4	0,7
Қайнатылып пісірілген макарон / Макароны отварные	100	130	150	макаронды өнім / макаронные изделия	35,50	45,50	52,50
				сары май / масло сливочное	5,00	6,50	7,50
				тұз / соль	0,30	0,50	0,70
Итмұрын сусыны / Напиток из шиповника	200	200	200	итмұрын / шиповник	20	20	20
				қант / сахар	20	20	20
				су / вода	200	200	200
Алма / Яблоко	150	150	150	алма / яблоко	150,00	150,00	150,00
Қара бидай наны / Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	қара бидай наны / хлеб ржано-пшеничный	20	35	40

Асхана жетекшісі _____

Медбике _____