

КЕЛІСЕМІН

Жаңаөзен қалалық білім бөлімінің басшысы

«  » Жумалиев Т.К.
2018 жыл



БЕКІТІМІН

Жаңаөзен қаласы әкімдігінің «№15 орта мектеп» коммуналдық мемлекеттік мекемесінің директоры

«  » Сарсенғалиев С.С.
2018 жыл



Жаңаөзен қаласы әкімдігінің «№15 орта мектеп» коммуналдық мемлекеттік мекемесінің жанындағы жазғысауықтыру лагеріне 2018 жылға арналған 12 күндік ас мәзірі (6-13 жас аралығы)

1 – күн		3 - күн		5 – күн	
Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр
1.Сүтті қарақұмық ботқасы	300	1.Сүтті күріш ботқасы	300	1.Сүтті пиено ботқасы	300
2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200
3. Нан	60	3. Нан	60	3. Нан	60
Түскі ас	гр	Түскі ас	гр	Түскі ас	гр
1.Жас көкөністер салаты	60	1.Қызылша-алма салаты	300	1.Орамжапырақ пен сәбіз салаты	60
2.Құс еті сорпасынан асбұршақ көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан қышқыл көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан макарон көжесі	300
3.Тефтель, асылған макаронмен	100/200	3.Котлет асбұршақ езбесімен	100/200	3.Котлет қарақұмық ботқасымен	100/200
4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200
5. Нан	100	5. Нан	100	5. Нан	100
Бесін ас	гр	Бесін ас	гр	Бесін ас	гр
1.Печенье	40	1.Алма	150	1.Коржик	60
2. Йогурт	100	2. Кисель	200	2. Бал қосылған шәй	200/10
Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр
1.Мейізді палау	300	1.Қуырдақ картоппен (жаркое)	300	1.Сиыр етімен бұқтырылған көкөністер	300
2.Қант қосылған шәй	200	2.Қант қосылған шәй	200	2.Қант қосылған шәй	200
3.Нан	60	3.Нан	60	3.Нан	60
2- күн		4 – күн		6 – күн	
Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр
1.Сүтті манка ботқасы	300	1.Сүтті вермишель ботқасы	300	1.Сүтті күріш ботқасы	300
2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200
3. Нан	60	3. Нан	60	3. Нан	60
Түскі ас	гр	Түскі ас	гр	Түскі ас	гр
1.Орамжапырақ пен сәбіз салаты	60	1.Жас көкөністер салаты	60	Қызанақ пен қияр салаты	60
2.Сиыр еті сорпасынан борщ көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан күріш көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан щи көжесі	300
3.Кеспек ет қарамқұмық ботқасымен	100/160	3.Құс еті арпа ботқасымен	100/160	3.Кеспек ет лапшамен	50/150
4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200
5. Нан	100	5. Нан	100	5. Нан	100
Бесін ас	гр	Бесін ас	гр	Бесін ас	гр
1.Тәтті бөлке	60	1.Вафли	40	1.Картопты бәліш	60
2. Айран	200	2. Жеміс шырыны	200	2. Сүт	200

Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр
1.Тәтті вермишель ботқасы	300	1.Макарон мен жұмыртқа пісірмесі	300	1.Өрік қосылған палау	300
2.Қант қосылған шәй	200	2.Қант қосылған шәй	200	2.Қант қосылған шәй	200
3.Нан	100	3.Нан	100	3.Нан	100
7 – күн		9 - күн		11 – күн	
Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр
1.Сүтті күріш ботқасы	300	1.Сүтті қарақұмық ботқасы	300	1.Сүтті пішено ботқасы	300
2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200
3. Нан	60	3. Нан	60	3. Нан	60
Түскі ас	гр	Түскі ас	гр	Түскі ас	гр
1.Жас көкөністер салаты	60	1.Орамжапырақ пен қызанақ салаты	60	1.Қызылша салаты	60
2.Сиыр еті сорпасынан күріш көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан кеспе көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан арпа қосылған көже	300
3.Тефтель ,арпа ботқасымен	100/20 0	3.Котлет қарамқұмық ботқасымен	100/20 0	3.Сиыр етінен котлет картоп езбесімен	100/ 200
4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200
5. Нан	100	5. Нан	100	5. Нан	100
Бесін ас	гр	Бесін ас	гр	Бесін ас	гр
1.Печенье	40	1.Картопты баліш	60	1.Коржик	60
2. Бал қосылған шәй	200/10	2. Жеміс шырыны	200	2.Жеміс шырыны	200
Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр
1.Сиыр етімен бұқтырылған көкөністер	300	1.Макарон мен жұмыртқа пісірмесі	300	1.Қуырдақ картоппен (жаркое)	300
2.Жеміс шырыны	200	2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200
3.Нан	60	3. Нан	60	3. Нан	60
8 – күн		10 - күн		12 – күн	
Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр	Таңғы ас	гр
1.Сүтті манка ботқасы	300	1.Сүтті вермишель ботқасы	300	1.Сүтті латша ботқасы	300
2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200	2. Қант қосылған шәй	200
3. Нан	60	3. Нан	60	3. Нан	60
Түскі ас	гр	Түскі ас	гр	Түскі ас	гр
1.Орамжапырақ пен қияр салаты	60	1.Жас көкөністер салаты	60	1.Жас көкөністер салаты	60
2.Сиыр еті сорпасынан ци көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан борщ көжесі	300	2.Сиыр еті сорпасынан асбұршақ көжесі	300
3.Құс еті қосылған қарамқұмық ботқасымен	100/16 0	3.Гуляш макаронмен	100/16 0	3.Құс еті қарамқұмық ботқасымен	100/ 160
4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200	4. Жеміс сусыны	200
5. Нан	100	5. Нан	100	5. Нан	100
Бесін ас	гр	Бесін ас	гр	Бесін ас	гр
1.Вафли	40	1.Тәтті бөлке	60	1.Алма (бүтін)	150
2. Сүт	200	2. Айран	200	2.Жеміс шырыны	200
Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр	Кешкі ас	гр
1.Пельмен	300	1.Өрік қосылған палау	300	1.Макарон мен жұмыртқа пісірмесі	300
2.Кисель	200	2.Жеміс шырыны	200	2.Қант қосылған шәй	200
3.Нан	60	3.Нан	60	3.Нан	100