

Бекітемін  
Директоры м.у.а. Қызылорда облысының білім басқармасының директорының орынбасары

Есту қабілеті бұзылған балаларға арналған № 2 арнайы мектеп-интернатының  
2025 оқу жылына арналған үлгі мәзірі



I апта

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
ДҮЙСЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті сұлы жарма ботқасы Нан, май, ірімшік Тәтті шәй	200/5 50/10/25 200	200/5 100/10/25 200
	II таңғы ас	Жеміс, шырын	200/250	200/260
	Түскі ас	Көкөніс салаты Е.с.қ үй кеспесі(жұлма көже) Машкечир етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 180/5 150 150/5
	Бесін ас	Бөлішке (сүзбе)тосап Шырын(тәтті шәй)	60 200	70 200
	Кешкі ас	Бұқтарылған көкөністер Нан, май Тәтті Шәй Күлше	150 50/10 200 25/35	160 100/10 200 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
СЕЙСЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті күріш ботқасы Нан май Шәй, карамель	200/5 50/10 200	200/5 100/15 200
	II таңғы ас	Йогурт(сүт, айран)	200	200
	Түскі ас	Сәбіз - (жаңа піскен қияр) салаты Е.с.қ ноқат сорпасы Ханума (фаршталған тәтті бұрышы) Компот к/ж + С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 150/5 150 150/5
	Бесін ас	Бөлішке Шырын, тәтті шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Картоп езбесі ірімшік Нан май Шәй Вафли	150/25 50/10 200 25/35	160/25 100/10 200 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
СӘРСЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті тары ботқасы Нан, май, тосап Кофе (какао)	200/5 50/10 200	200/5 100/10 200
	II таңғы ас	Жеміс	250/300	250 /300
	Түскі ас	Қызылша, сәбіз салаты Е.с.к маш сорпасы (күріш) Бигус етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 180/5 150 150/5
	Бесін ас	Піскен нан картоппен Шырын, шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Макарон ірімшік жұмыртқа қосылған Нан, май Шәй лимонмен Күлше	140 50/10 200 25/35	160 100/10 200 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
БЕЙСЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті ұнтақ ботқасы Нан, май Шәй, шоколад	200/5 50/10 200/35	200/5 100/10 200/35
	II таңғы ас	Піскен асқабак (піскен жұмыртқа, шәй, нан)	150/170 1/1,200	150/180 1/1,200
	Түскі ас	Тұздалған қияр (жаңа піскен қияр-қызынақ)/тұздалған қырыққабат салаты Е.с.к картоп сорпасы Палау етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 170/5 150 150/5
	Бесін ас	Сүзбе запеканка(бөлішке) Шырын, шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Бұқтырылған көкөністер Нан, май Шәй Вафли	150 50/10 200/25 25/35	180 100/10 200/25 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
ЖҰМА	Таңғы ас	Сүтті қарақұмық ботқасы Нан, май (бал/тосап) Шәй (кофе, какао)	200/5 50/10/25 200	200/5 100/10/25 200
	II таңғы ас	Айран (сүт, йогурт)	200/100	200/100
	Түскі ас	Сәбіз-шалғам (қияр) салаты Е.с.қ қызылша сорпасы Нанпалау етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 180/5 150 150/5
	Бесін ас	Оралған бөлішке Шырын, шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Картоп езбесі ірімшік Нан, май Шәй лимонмен Күлше	150/25 50/10 200 25/35	170/25 100/10 200 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
СЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті сұлы ботқасы Нан, май Шәй лимонмен	200/5 50/10 200/25	200/5 100/10 250/25
	II таңғы ас	Пісірілген жұмыртқа Шәй (какао) нан	1/1 200	1/1 200
	Түскі ас	Сәбіз салаты Е.с.қ макарон сорпасы Бигус етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 180/5 150 150/5
	Бесін ас	Бөлішке(сүзбе, тосап) Шырын, шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Қарақұмық ірімшікпен Нан, май Шәй Вафли	130/25 50/10 200 25/35	150/25 100/10 200 25/35

Апта күндері	Мерзімі	Тамақ мәзірі	Өлшемі	
			3-6	6-11
ЖЕКСЕНБІ	Таңғы ас	Сүтті ұнтақ ботқасы Нан, май Шәй, карамель	200/5 50/10 200	200/5 100/10 200
	II таңғы ас	Сүт (айран, йогурт) Жеміс	200	200
	Түскі ас	Қызылша салаты Е.с.к көкөністер сорпасы Машкечир етпен Компот к/ж+С Нан	60 200/5 150/5 150 60/5	70 250/5 180/5 150 150/5
	Бесін ас	Оралған бөлішке Шырын, шәй	60 200	70 200
	Кешкі ас	Тұшпара картоп, қаймақ қосылған Нан, май Шәй Күше	160 50/10 200 25/35	180 100/10 200 25/35

Ескерту; Үлгі мәзірі өнімдерінің маусымдық сипатына байланысты нақты мәзірден өзгеше болуы мүмкін.

1. Дәмгер :



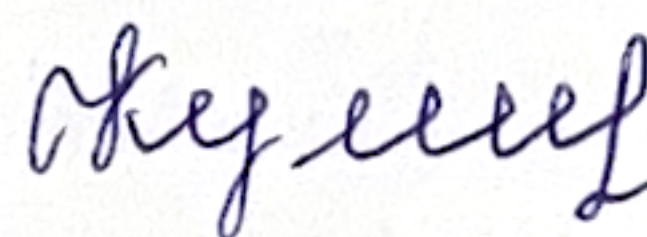
Н.Н.Куанышбекова

2. Қойма меңгерушісі :



Г.Р.Тиленшиева

3. Бас аспазшы:



Э.Ш.Күмісбаева