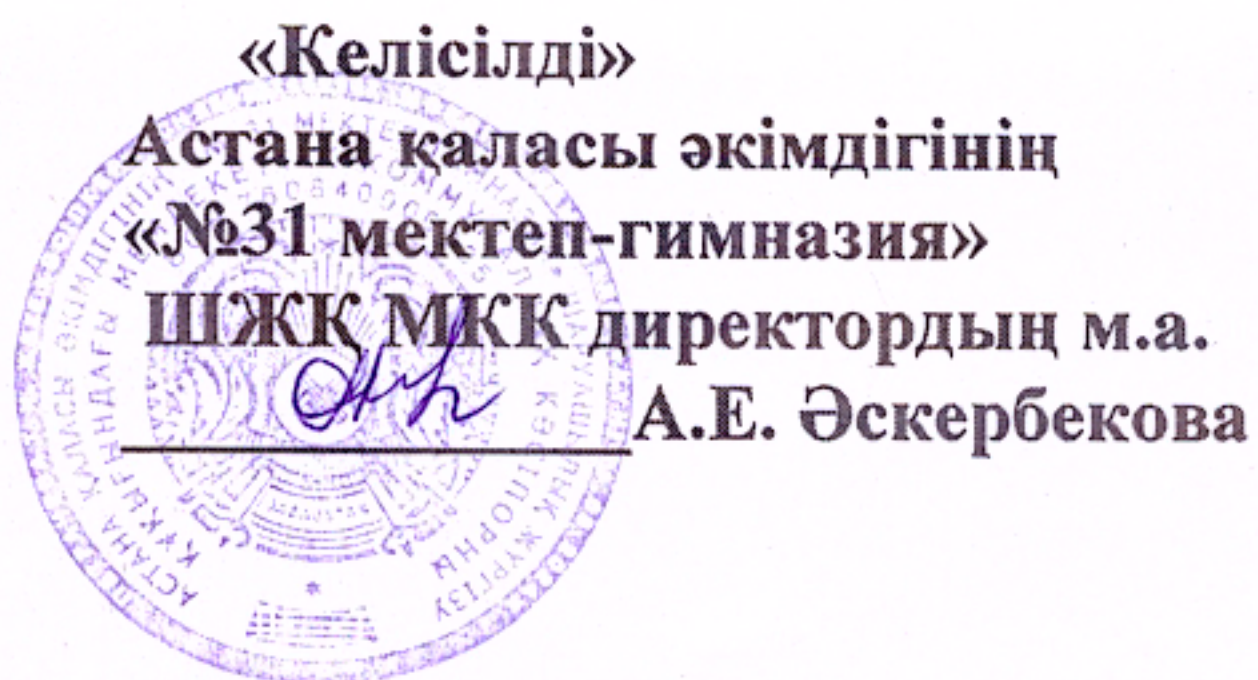
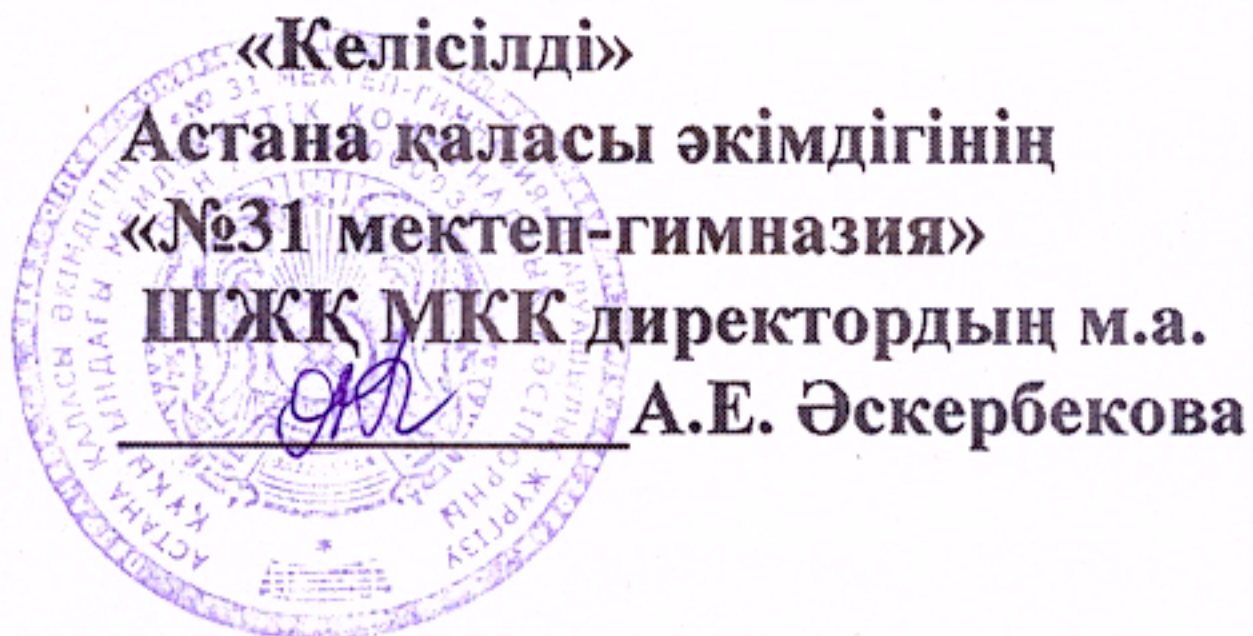




Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам « 12 » 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Сәбіз және қияр таяқшалары (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	60	80	100
2	Қаймақ тұздығындағы тауық еті	70	90	100
3	Көкөністер қосылған шашпа қарқұмық	130	150	180
4	Жаңа піскен алма мен мейізден	200	200	200
5	Қара бидай/бидай наны	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Палочки из моркови и огурца (может подаваться как подгарнировка к блюду)	60	80	100
2	Курица в сметанном соусе	70	90	100
3	Гречка рассыпчатая с овощами	130	150	180
4	Компот из свежих яблок и изюмом	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «13» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Митболдар	70	90	100
2	Қаймақ тұздығы	20	20	20
3	Пісірілген макарон өнімдері	130	150	180
4	Қант қосылған кептірілген	200	200	200
5	Алма	120	120	120
6	Қара бидай/ бидай наны	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Митболы	70	90	100
2	Соус сметанный	20	20	20
3	Макаронны отварные	130	150	180
4	Компот из сухофруктов с сахаром	200	200	200
5	Яблоко	120	120	120
6	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «14» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	«Қызылша мен ірімшік»салаты (тағамға қосымша гарнирретінде ұсынылуы мүмкін)	60	80	100
2	Құс етінен жасалған гуляш	70	90	100
3	Көкөністер қосылған күріш Көктем	130	150	180
4	Лимон-алмадан «Денсаулық»	200	200	200
5	Қара бидай наны/бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Салат свеклой и сыром (может подаваться как подгарнировка к блюду)	60	80	100
2	Гуляш из птицы	70	90	100
3	Рис с овощами Коктем	130	150	180
4	Напиток лимонный-яблочный «Денсаулық»	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	50	50

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің

«№31 мектеп-гимназия»

ШЖК МКК директорының м.а.

А.Е. Әскербекова



«Бекітемін»

«Соотечественники» ЖШС

Директоры

А.В. Захаренкова



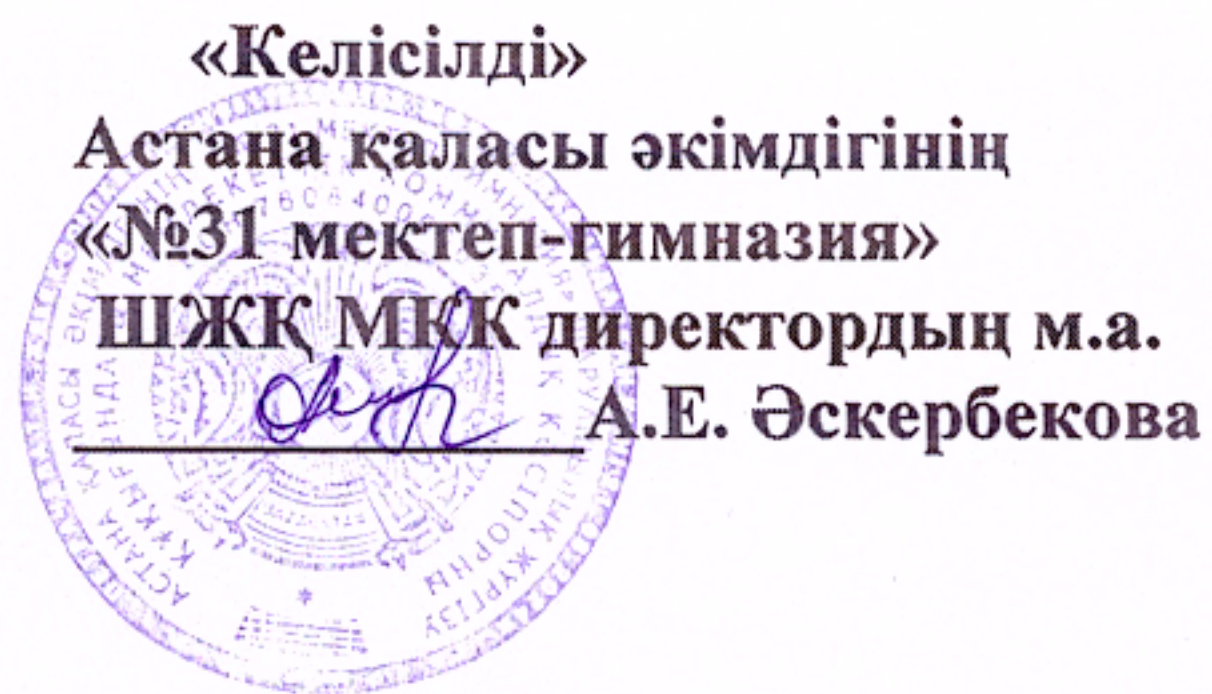
Ас мәзірі

№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған

комплексты ыстық тағам « 15 » 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Сәбіз және қырыққабат таяқшалары (тағамға қосымша гарнирретінде ұсынылуы мүмкін)	30	40	50
2	Балық каштандары	70	90	100
3	Қаймақ тұздығы	20	20	20
4	Бұршак бұршағынан	130	150	180
5	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200
6	Қара бидай наны/бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Палочки из моркови и капусты (может подаваться как подгарнировка к блюду)	30	40	50
2	Рыбные каштаны	70	90	100
3	Соус сметанный	20	20	20
4	Пюре их гороха Буршак	130	150	180
5	Компот их сухофруктов	200	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «16» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Жылқы еті/сиыр етінен жасалған «Сірне»	200	220	250
2	Сүт қосылған какао	200	200	200
3	Маусым бойынша жеміс	120	120	120
4	Қара бидай наны/бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Сырне из конины/говядины	200	220	250
2	Какао с молоком	200	200	200
3	Фрукт по сезону	120	120	120
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	30	50	50