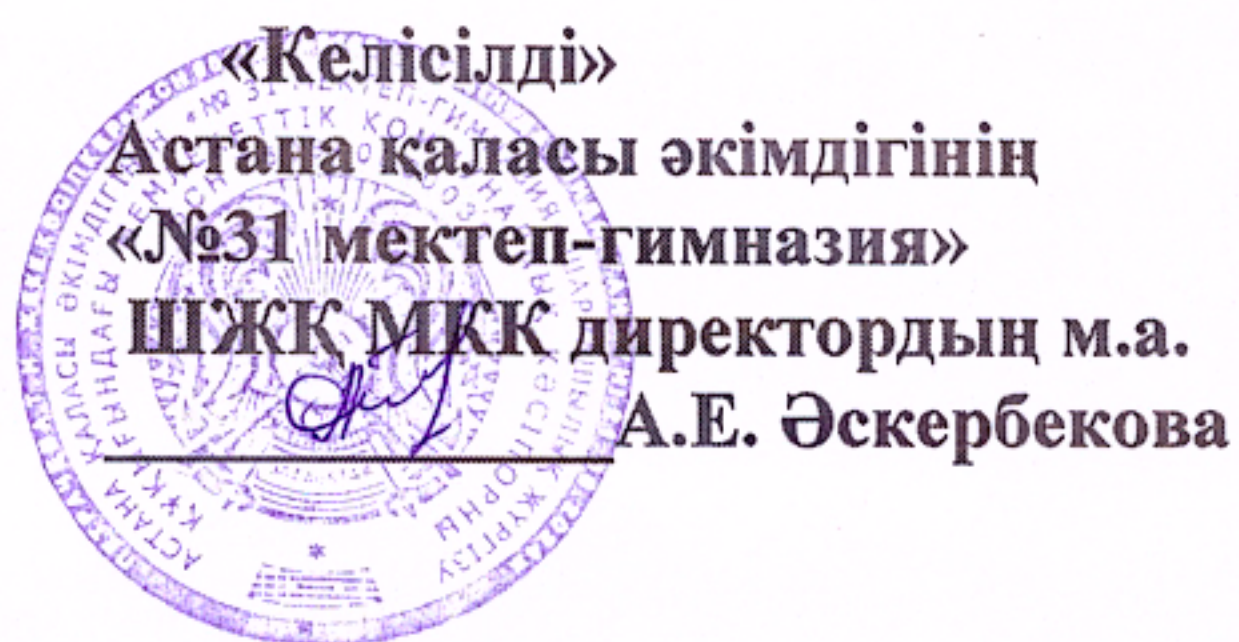




Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «19» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Ірімшік қосылған сәбіз салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30	40	50
2	Көкөністер мен күс еті қосылған қарақұмық ботқасы	200	220	250
3	Сиыр сүті	150	200	200
4	Алма	120	120	120
5	Қара бидай наны\бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Салат с морковью с сыром (может подаваться как подгарнировка к блюду)	30	40	50
2	Гречневая каша с овощами и птицей	200	220	250
3	Молоко коровье	150	200	200
4	Яблоки	120	120	120
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «20» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Сиыр еті қосылған қырыққабат орамдары	200	220	250
2	Қаймақ тұздығы	20	20	20
3	Жасыл бұршақ гарнирі	20	20	20
4	Жаңа піскен алмадан жасалған	200	200	200
5	Қара бидай наны\бидай	30	50	50

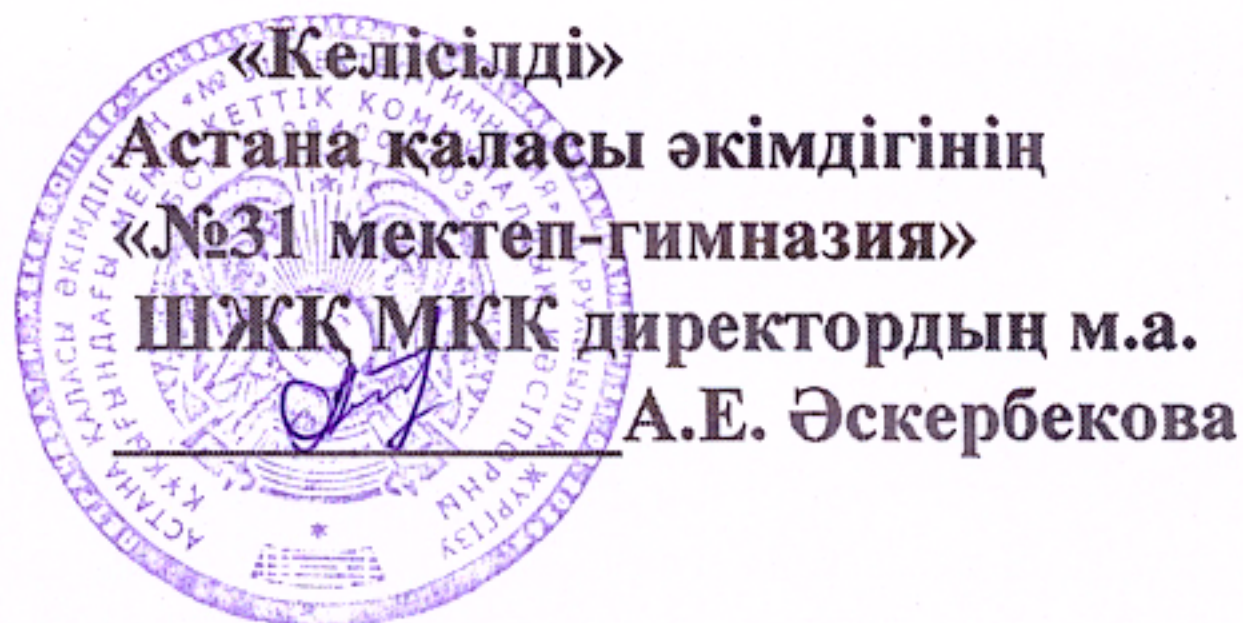
№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250
2	Соус сметанный	20	20	20
3	Подгарнировака – зеленый горошек	20	20	20
4	Компот из свежих яблок	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «21» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұршақ пен қияр қосылған салат (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30	40	50
2	Көкөністер қосылған тауықтың төс еті	70	90	100
3	Пісірілген макарон өнімдері	130	150	180
4	Итмұрын сусыны	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 с фасолью и огурцами (может подаваться как подгарнировка к блюду)	30	40	50
2	Куриная грудка с овощами	70	90	100
3	Макароны отварные	130	150	180
4	Напиток из шиповника	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «22» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Балық тефтельдері	70	90	100
2	Сүтті-қызанақты тұздық	20	20	20
3	Картоп пен сәбіз езбесі	130	150	180
4	Жасыл бұршақ гарнирі	20	20	20
5	Сүт қосылған какао	200	200	200
6	Қара бидай наны/бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Тефтели рыбные	70	90	100
2	Соус молочно-томатный	20	20	20
3	Картофельно-морковное пюре	130	150	180
4	Подгарнировка – зеленый горошек	20	20	20
5	Какао с молоком	200	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	30	50	50

«Келісілді»
Астана қаласы әкімдігінің
«№31 мектеп-гимназия»
ШЖҚ МЖК директорының м.а.
А.Е. Әскербекова

«Бекітемін»
«Соотечественники» ЖШС
Директоры
А.В. Захаренкова

Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «23» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Жылқы\сиыр етінен нан салма	200	220	250
2	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200
3	Алма	120	120	120
4	Қара бидай наны\бидай	30	50	50
5				

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Нан салма из конины\говядины	200	220	250
2	Компот из сухофруктов	200	200	200
3	Яблоки	120	120	120
4	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5				

«Келісілді»
Астана қаласы әкімдігінің
«№31 мектеп-гимназия»
ШЖҚ МҚК директорының м.а.
А.Е. Әскербекова



«Бекітемін»
«Соотечественники» ЖШС
Директоры
А.В. Захаренкова



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «19» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Ірімшік қосылған сәбіз салаты (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30	40	50
2	Көкөністер мен күс еті қосылған қарақұмық ботқасы	200	220	250
3	Сиыр сүті	150	200	200
4	Алма	120	120	120
5	Қара бидай наны\бидай	30	50	50

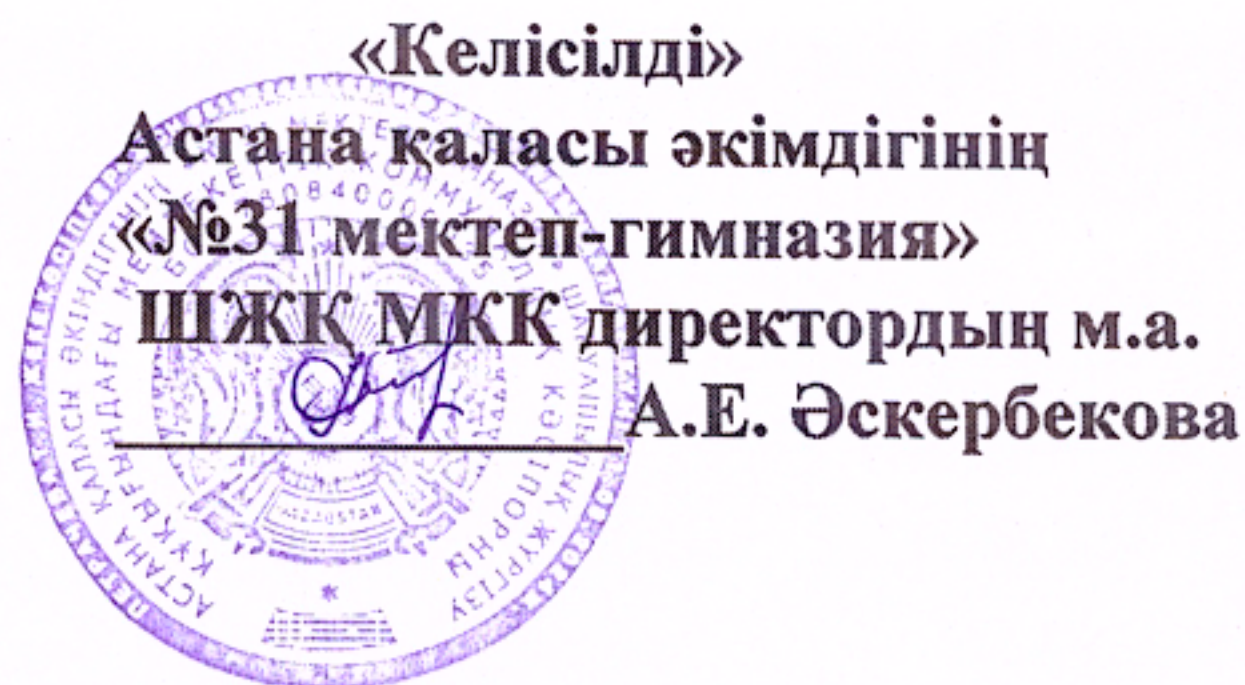
№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Салат с морковью с сыром (может подаваться как подгарнировка к блюду)	30	40	50
2	Гречневая каша с овощами и птицей	200	220	250
3	Молоко коровье	150	200	200
4	Яблоки	120	120	120
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «20» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Сиыр еті қосылған қырыққабат орамдары	200	220	250
2	Қаймақ тұздығы	20	20	20
3	Жасыл бұршақ гарнирі	20	20	20
4	Жаңа піскен алмадан жасалған	200	200	200
5	Қара бидай наны\бидай	30	50	50

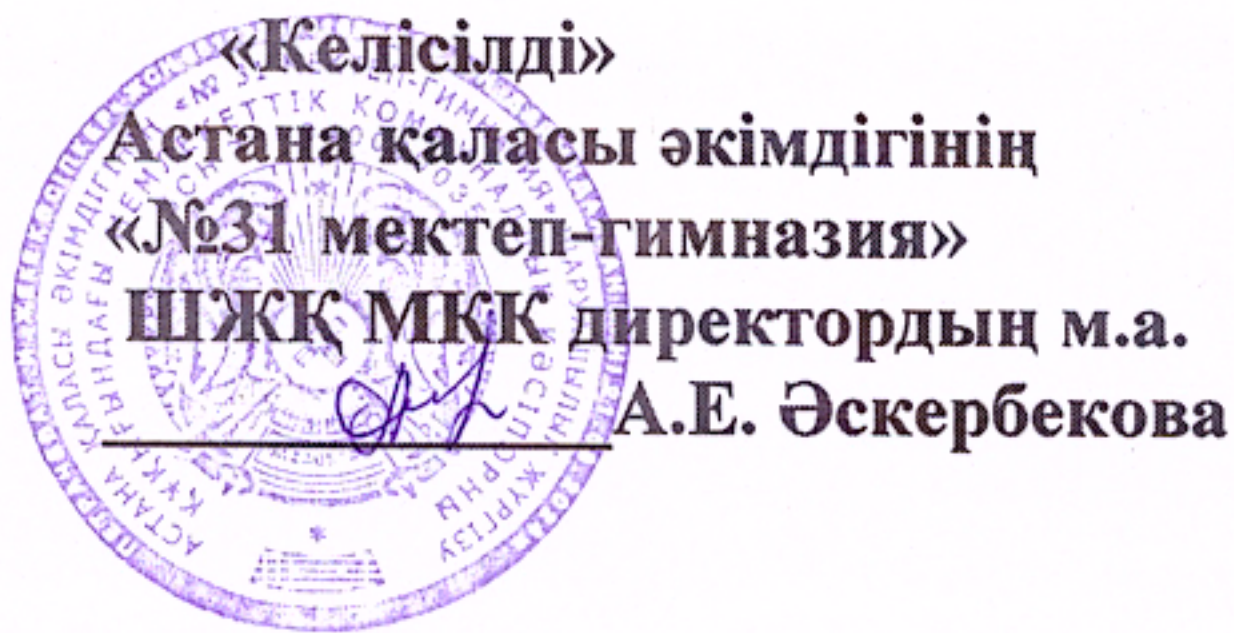
№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Ленивые голубцы с говядиной	200	220	250
2	Соус сметанный	20	20	20
3	Подгарнировка – зеленый горошек	20	20	20
4	Компот из свежих яблок	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «21» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Бұршақ пен қияр қосылған салат (тағамға қосымша гарнир ретінде ұсынылуы мүмкін)	30	40	50
2	Көкөністер қосылған тауықтың төс еті	70	90	100
3	Пісірілген макарон өнімдері	130	150	180
4	Итмұрын сусыны	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 с фасолью и огурцами (может подаваться как подгарнировка к блюду)	30	40	50
2	Куриная грудка с овощами	70	90	100
3	Макароны отварные	130	150	180
4	Напиток из шиповника	200	200	200
5	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50



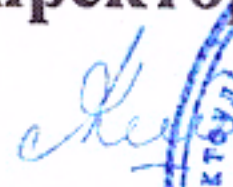
Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «22» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Балық тефтельдері	70	90	100
2	Сүтті-қызанақты тұздық	20	20	20
3	Картоп пен сәбіз езбесі	130	150	180
4	Жасыл бұршақ гарнирі	20	20	20
5	Сүт қосылған какао	200	200	200
6	Қара бидай наны/бидай	30	50	50

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Тефтели рыбные	70	90	100
2	Соус молочно-томатный	20	20	20
3	Картофельно-морковное пюре	130	150	180
4	Подгарнировка – зеленый горошек	20	20	20
5	Какао с молоком	200	200	200
6	Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	30	50	50

«Келісілді»
Астана қаласы әкімдігінің
«№31 мектеп-гимназия»
ШЖҚ МҚК директорының м.а.

А.Е. Әскербекова

«Бекітемін»
«Соотечественники» ЖШС
Директоры

А.В. Захаренкова

Ас мәзірі
№31 мектеп-гимназиясы оқушыларына арналған
комплексты ыстық тағам «23» 10 2026 жыл

№	Тағам атаулары	Азық түліктің граммда шығуы		
		7-10жас	11-14жас	15-18жас
1	Жылқы\сиыр етінен нан салма	200	220	250
2	Кептірілген жеміс компоты	200	200	200
3	Алма	120	120	120
4	Қара бидай наны\бидай	30	50	50
5				

№	Наименование блюда	Выход блюда в граммах		
		7-10лет	11-14лет	15-18лет
1	Нан салма из конины\говядины	200	220	250
2	Компот из сухофруктов	200	200	200
3	Яблоки	120	120	120
4	Хлеб ржано-пшеничный\пшеничный	30	50	50
5				