

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
педиатр дәрігері Темиршина А.А.  
«19» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
директоры Абдигалиева Г.Т.  
«19» 12 2023 жыл

«19» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Екінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                           | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|---------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосылған арпа ботқасы    | 200              | 247,29  |
|                  | 2.Бидай наны                          | 40               | 76      |
|                  | 3.Банан                               | 200              | 200     |
|                  | 4.Итмұрын шәйі                        | 200              | 123,72  |
| Түскі ас         | 1.Сүйек сорпасынан қырыққабат сорпасы | 200              | 82      |
|                  | 2.Палау (тауық етімен)                | 60/150           | 304     |
|                  | 3.Тұздалған қияр                      | 30               | 3,9     |
|                  | 4.Кептірілген жемістен компот         | 200              | 116,695 |
|                  | 5.Қара бидай наны                     | 40               | 86,80   |
| Бесін ас         | 1.Вафли                               | 30               | 146,7   |
|                  | 2.Қантсыз шәй                         | 200              | 1,04    |

Асхана менгерушісі

САБ

Медбике

Басмашабаев К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
педиатр дәрігері Темиршина А.А.  
«20» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
директоры Абдигалиева Г.Т.  
«20» 12 2023 жыл

«20» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Үшінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                                   | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|-----------------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1.Вермишельді сүт сорпасы                     | 250              | 143,5   |
|                  | 2.Маймен бидай наны                           | 40/10            | 76/34,4 |
|                  | 3.Сүтті какао қантпен                         | 200              | 10,92   |
| Түскі ас         | 1.Шалғам қосылған сәбіз салаты                | 60               | 84,9    |
|                  | 2.Картоп қосылған кеспе сорпасы               | 200              | 100,22  |
|                  | 3.Көкөніс және сиыр етімен бұқтырылған картоп | 220              | 390,6   |
|                  | 4.Қара бидай наны                             | 40               | 86,80   |
|                  | 5.Кептірілген жемістерден компот              | 200              | 116,695 |
|                  |                                               |                  |         |
| Бесін ас         | 1.Сүтті корж                                  | 50               | 174,405 |
|                  | 2.Лимонды шәй                                 | 200/10           | 82,57   |

Асхана меңгерушісі Сәт

Медбике

Бақтабаева К.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері

Темиршина А.А

«21» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

директоры

Абдигалиева Г.Т

«21» 12 2023 жыл

«21» 12 2023жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Төртінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                                         | Тағамның мөлшері | К/кал  |
|------------------|-----------------------------------------------------|------------------|--------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосқан сұлы ботқасы                    | 225/5            | 225,5  |
|                  | 2.Бидай нанымен Ірімшік                             | 40/12            | 76/67  |
|                  | 3.Қантпен шәй                                       | 200              | 50     |
| Түскі ас         | 1,Витаминді салат (қырыққабат, сәбіз, көкөніс)      | 60               | 73,45  |
|                  | 2.Ет- сүйек сорпасындағы қияр қосылған қышқыл сорпа | 200              | 94,9   |
|                  | 3.Балық котлеттері                                  | 70               | 169,,6 |
|                  | 4.Картоп езбесі                                     | 150              | 164,2  |
|                  | 5.Қара бидай наны                                   | 40               | 86,80  |
|                  | 6.Лимонды шәй                                       | 200/10           | 82,57  |
| Бесін ас         | 1.Крокет күлшесі                                    | 35               | 122,9  |
|                  | 2.Табиғи шырын                                      | 200              | 84     |

Асхана меңгерушісі

Медбике

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері

Темиршина А.А.

«22» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

директоры

Абдигалиева Г.Т.

«22» 12 2023 жыл

«22» 12 2023жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Бесінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                             | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|-----------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосқан тары ботқасы        | 205/5            | 277,155 |
|                  | 2.Лимонды шәй                           | 200              | 82,57   |
|                  | 3.Бидай наны                            | 40               | 76      |
| Түскі ас         | 3.Бидай наны                            | 40               | 30,94   |
|                  | 1.Қиярмен көккөніс салаты               | 40               | 82,00   |
|                  | 2.Сүйек сорпасындағы қырыққабат сорпасы | 200              | 302,5   |
|                  | 3.Көкөністер бар тауықтар               | 220              | 270,51  |
|                  | 4.Борпылдақ қарақұмық                   | 150              | 86,80   |
|                  | 4.Қара бидай наны                       | 40               | 140,34  |
|                  | 5.Кисель                                | 200              | 228,2   |
| Бесін ас         | 1.Үйдегі тоқаш                          | 60               | 123,72  |
|                  | 2.Итмұрын шәйі                          | 200              |         |

Асхана менгерушісі

Медбике

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері А.А. Темиршина

Темиршина А.А.

«25» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

директоры

Абдигалиева Г.Т.

«25» 12 2023 жыл

«25» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Алтыншы күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                           | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|---------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосылған бидай ботқасы   | 200              | 217,545 |
|                  | 2.Бидай наны                          | 40               | 76      |
|                  | 3.Сүтпен қант қосылған шәй            | 200              | 1,08    |
| Түскі ас         | 1.Кесілген қызанақ                    | 30               | 26,8    |
|                  | 2.Сүйек сорпасынан қырыққабат сорпасы | 200              | 82,00   |
|                  | 3.Көкөністермен сиыр еті              | 60/30            | 73,0    |
|                  | 4.Пісірілген күріш                    | 130              | 82,50   |
|                  | 5.Қара бидай наны                     | 40               | 140,34  |
|                  | 6.Кисель                              | 200              | 140,34  |
| Бесін ас         | 1.Астана прәндігі                     | 40               | 110     |
|                  | 2.Лимонды шәй                         | 200/10           | 82,57   |
|                  | 3.Алма                                | 200              | 88,8    |

Асхана менгерушісі

Медбике

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
педиатр дәрігері А.А. Темиршина  
«26» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
директоры Абдигалиева Г.Т.  
«26» 12 2023 жыл

«26» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Жетінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                      | Тағамның мөлшері | К/кал    |
|------------------|----------------------------------|------------------|----------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтті жарма боткасы            | 200              | 241,4    |
|                  | 2.Бидай наны мен май             | 40               | 76//34,4 |
|                  | 3.Қантпен лимонды шәй            | 200/10           | 82,57    |
| Түскі ас         | 1.Қырыққабат пен сәбіз салаты    | 60               | 35,0     |
|                  | 2.Ет-сүйек сорпасынан кеспе      | 215              | 100,22   |
|                  | 3.Сиыр етінен котлет             | 60               | 196,55   |
|                  | 4.Картоп езбесі                  | 130              | 169,6    |
|                  | 5.Қара бидай наны                | 40               | 86,80    |
|                  | 6.Кептірілген жемістерден компот | 200              | 116,695  |
| Бесін ас         | 1.Сузбелі ватрушка               | 60               | 156,3    |
|                  | 2.Кисель                         | 200              | 140,34   |

Асхана менгерушісі

Саят

Медбике

Бақтабаева К.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің

«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері А.А. Темиршина

Темиршина А.А

«27» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің

«№3 арнайы мектеп» КММ

директоры А.Т. Абдигалиева

Абдигалиева Г.Т

«27» 12 2023 жыл

«27» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Сегізінші күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                                          | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|------------------------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1. Үш түрлі жармасы бармай қосылған «Достық» ботқасы | 200/5            | 285     |
|                  | 2. Бидай наны Ірімшік                                | 40/12            | 76/67   |
|                  | 3. Сүтті какао қантпен                               | 200              | 10,92   |
| Түскі ас         | 1. Тұздалған қияр                                    | 30               | 6,3     |
|                  | 2. Балғын қырыққабаттан ( щи )                       | 250/5            | 86      |
|                  | 3. Палау ( сиыр етінен )                             | 60/150           | 304     |
|                  | 4. Қара бидай наны                                   | 40               | 86,80   |
|                  | 5. Лимонды сусын                                     | 200/10           | 82,57   |
|                  |                                                      |                  |         |
| Бесін ас         | 1. Крокет күлшесі                                    | 35               | 122,9   |
|                  | 2. Кептірілген жемістерден компот                    | 200              | 116,695 |

Асхана менгерушісі С.А.Т.

Медбике

Балмисбаева К.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері А.А.

Темиршина А.А.

«29» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ  
директоры

Абдигалиева Г.Т.

«29» 12 2023 жыл



«29» 12 2023 жыл

### АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Оныншы күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                             | Тағамның мөлшері | К/кал   |
|------------------|-----------------------------------------|------------------|---------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосылған жүгері ботқасы    | 215/5            | 315     |
|                  | 2.Бидай наны мен Ірімшік                | 40/12            | 76/67   |
|                  | 3.Лимон мен қант қосылған шәй           | 200/10           | 82,57   |
| Түскі ас         | 1.Сәбіз салаты                          | 60               | 18,0    |
|                  | 2.Ет-сүйек сорпасынан қызылша сорпасы   | 200              | 92,0    |
|                  | 3.Көкөніс және етпен бұқтырылған картоп | 50/150           | 390,6   |
|                  | 4.Қара бидай наны                       | 40               | 86,80   |
|                  | 5.Кептірілген жемістерден компот        | 200              | 116,695 |
|                  |                                         |                  |         |
| Бесін ас         | 1.Вафли                                 | 60               | 228,2   |
|                  | 2.Табиғи шырын                          | 200              | 84,0    |

Асхана меңгерушісі

Медбике

С.А.Б.

Бақтабаева К.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің  
«№3 арнайы мектеп» КММ

педиатр дәрігері

Темиршина А.А

«28» 12 2023 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің

«№3 арнайы мектеп» КММ

директоры

Абдигалиева Т.Т

«28» 12 2023 жыл

«28» 12 2023 жыл

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Тоғызыншы күн

| Тамақтану уақыты | Тағам атауы                         | Тағамның мөлшері |        |
|------------------|-------------------------------------|------------------|--------|
| Таңғы ас         | 1.Сүтпен май қосылған күріш ботқасы | 200/10           | 381    |
|                  | 2.Бидай наны                        | 40               | 76     |
|                  | 3.Итмұрын шәйі                      | 200              | 123,72 |
| Түскі ас         | 1.Қызылша салаты                    | 60               | 75,5   |
|                  | 2.Балық сорпасы (уха)               | 200              | 128,86 |
|                  | 3.Сиыр етінен котлет                | 80               | 193,66 |
|                  | 4.Макарон гарнирі                   | 150              | 216,77 |
|                  | 5.Кисель                            | 200              | 140,34 |
|                  | 6.Қара бидай наны                   | 40               | 80,86  |
| Бесін ас         | 1.Сұлы печенбесі                    | 60               | 178,8  |
|                  | 2.Қантпен шәй                       | 200              | 50     |

Асхана менгерушісі

Медбике