

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
« 1 » 12 2025 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
« 1 » 12 2025 жыл

« 1 » 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс- Көктем . Бірінші апта Дүйсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
			11-14 жас	15-18 жас
Танғы ас	1.Сүтпен май қосқан тары ботқасы	150	200	250
	2.Сүтпен какао	200	200	200
	3.Ірімшікпен бутерброд	45/15	60/15	65/15
	4.Крекер	40	40	40
Түскі ас	1.Витаминді салат (қырыққабат, сәбіз, көкөніс)	50	75	100
	2.Ет- сүйек сорпасындағы бұршақ сорпасы	200	250	300
	2.Сиыр етімен гуляш	30/25	50/25	75/25
	3.Пісірілген макарон гарнирі	100	130	150
	4.Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
5.Қара бидай наны	20	35	40	
Бесін ас	1.Алма	250	250	250

Асхана меңгерушісі Сәліт

Медбике Бағдатбаева К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
«2» 12 2025 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдиалиева Г.Т.
«2» 12 2025 жыл

«2» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Бірінші апта Сейсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-110	11-14	15-18
Таңғы ас	1.Үш түрлі жармасы бар май қосқан ботқа	150	200	250
	2.Маймен бутерброд	30/12	40/12	40/12
	3.Лимонды шәй қантпен	200	200	200
	1.Шалғам қосылған сәбіз салаты	60	80	100
	2.Сүйек сорпасындағы қияр қосқан қышқыл сорпа (Ленинградский)	200	250	300
	3.Соусы бар биточкалар (сыыр етінен)	80/25	90/25	100/25
	4.Картоп езбесі	100	130	150
	6.Қара бидай нан	20	35	40
	7.Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Бесін ас	1.Сүзбелі ватрушка	80	80	80
	2.Табиғи шырын	200	200	200

Асхана меңгерушісі Сәтбаева

Медбике Басмачалова К.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Темиршина А.А.
«3» 12 2025 жыл



«3» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Бірінші айта Сарсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-14	15-18
Таңғы ас	1.Сүтпен май қосылған жүгері ботқасы	150	200	250
	2.Маймен бидай наны	30	40	40
	3.Сүтпен кофе	200	200	200
Түскі ас	1.Қызылшаға алма қосылған салат	60	80	100
	2.Картоп қосылған кеспе сорпасы	200	250	300
	3.Бефстроганов	30/25	50/25	75/25
	4.Пісірілген қарақұмық	100	130	150
	5.Жидек киселі	200	200	200
	6.Қара бидай нан	20	35	40
Бесін ас	1.Сүтті корж	75	75	75
	2.Лимонды сусын	200	200	200

Асхана меңгерушісі Сәбіт

Медбике Басмабаева К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теш

Темиршина А.А.
«4» 12 2025 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.

Абдигалиева Г.Т.
«4» 12 2025 жыл

«4» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Бірінші апта Бейсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-14	15-18
Таңғы ас	1.Сүтпен май қосқан арпа ботқасы	150	200	250
	2.Ірімшікпен бутерброд	30/15	40/15	40/15
	3.Қара шәй қантпен	200	200	200
Түскі ас	1.Қырыққабатқа жүгері қосылған салат	60	80	100
	2.Манпар	200	250	300
	3.Балық тефтелі (ақ соуспен)	80/25	90/25	100/25
	4.Бұқтырылған күріш	100	130	150
	5.Қара бидай нан	20	35	40
	6.Кептірілген жемістерден кампот	200	200	200
Бесін ас	1.Кекс	100	100	100
	2.Йогурт	200	200	200

Асхана меңгерушісі Саб

Медбике Балмабаева Ж.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
« 5 » 12 2025 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
« 5 » 12 2025 жыл

« 5 » 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Бірінші апта Жұма

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-14	15-18
Таңғы ас	1.Қарақұмық қосылған сүт сорпа	150	200	250
	2.Лимонды сусын	200	200	200
	3.Ірімшікпен бутерброд	30	40	40
Түскі ас	1.Винегрет	60	80	100
	2.Жасымық сорпасы	200	250	300
	3.Тауық етімен бұқтырылған картоп	150	175	200
	4.Қара бидай наны	20	35	40
	5.Жеміс киселі	200	200	200
Бесін ас	1.Сұлы печениесі	50	50	50
	2.Итмұрын шәй	200	200	200

Асхана меңгерушісі Саят

Медбике Бәлмәтбаева К.Б.

«Келісілді»
 Астана қаласы әкімдігінің
 «№3 арнайы мектеп» КММ
 педиатр дәрігері Теміршина А.А.
 « 8 » 12 2025 жыл

«Бекітемін»
 Астана қаласы әкімдігінің
 «№3 арнайы мектеп» КММ
 директоры Абдигалиева Г.Т.
 « 8 » 12 2025 жыл

« 8 » 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс –Көктем. Екінші апта Дүйсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-15	15-18
Таңғы ас	1.Сүтпен май қосылған бидай ботқасы	150	200	250
	2.Маймен бутерброд	45	60	65
	3.Сүтпен қант қосылған шәй	200	200	200
	4.Крекер печениесі	20	30	40
Түскі ас	1.Сәбіз салаты	60	80	100
	2.Харчо сорпасы	200	250	300
	3.Бұқтырылған сиыр еті	30/25	50/25	75/25
	4.Макарон гарнирі	100	130	150
	5.Қара бидай наны	20	35	40
	6.Жидек киселі	200	200	200
Бесін ас	1.Сұлы печениесі	50	50	50
	2.Табиғи шырын	200	200	200

Асхана меңгерушісі Сабт

Медбике Басмабаева Ж.Б.

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Темиршина А.А.
«9» 12 2025 жыл



«9» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Екінші апта Сейсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-15	15-17
Таңғы ас	1.Сүтпен май қосылған жүгері ботқасы	150	200	250
	2.Маймен бутерброд	30	40	40
	3.Қантпен лимон шәйі	200	200	200
Түскі ас	1.Жасыл бұршақ қосқан қырыққабат салаты	60	80	100
	2.Үйдегі кеспе	200	250	300
	3.Сиыр етінен тефтелі (соус)	80/25	90/25	100/25
	4.Борпылдақ қарақұмық	100	130	150
	5.Қара бидай нан	20	35	40
	6.Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Бесін ас	1.Вафли	60	60	60
	2.Сүтті какао	200	200	200

Асхана меңгерушісі Сағат

Медбике Балмабаева К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
«10» 12 2025 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдығалиева Г.Г.
«10» 12 2025 жыл

«10» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Екінші апта Сарсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-15	15-18
Таңғы ас	1. Үш түрлі жармасы бар май қосылған «Достық» ботқасы	150	200	250
	2. Ірімшікпен бутерброд	30/15	40/15	40/15
	3. Сүтті цикорий қантпен	200	200	200
	4. Печенье	150	150	150
Түскі ас	1. Көкөніспен сәбіз салаты	60	80	100
	2. Ет- сүйек сорпасындағы қырыққабат сорпасы	200	250	300
	3. Палау (сиыр етінен)	30/170	50/200	75/225
	4. Қара бидай нан	20	35	40
	5. Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Бесін ас	1. Сүзбелі ватрушка	100	100	100
	2. Айран	200	200	200

Асхана меңгерушісі Саба

Медбике Баимбаева К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
«11» 12 2025 жыл

«Бекітемін» ЕКЕТТІ
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
«11» 12 2025 жыл

«11» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс –Көктем. Екінші апта Бейсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-15	15-18
Таңғы ас	1.Сүт пен май қосылған тары ботқасы	150	200	250
	2 Ірімшікпен бутерброд	45/15	60/15	65/15
	3.Сүтпен кофе	200	200	200
Түскі ас	1.Алма қосқан қызылша салаты	60	80	100
	2.Ет-сүйек сорпасындағы бұршақ сорпасы	200	250	300
	3.Пісірілген балық (ақ соуспен)	50/25	75/25	100/25
	4.Картоп езбесі	100	130	150
	5.Қара бидай наны	20	35	40
	6.Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Бесін ас	1.Прэндік	50	50	50
	2.Лимонды шәй	200	200	200

Асхана меңгерушісі Саят

Медбике Башмабаева К.Б

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
«12» 12 2025 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
«12» 12 2025 жыл

«12» 12 2025 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем.. Екінші апта Жұма

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
		7-10	11-15	15-17
Таңғы ас	1.Сүтпен май қосылған күріш ботқасы	150	200	250
	2. Маймен бутерброд	30/12	40/12	40/12
	3.Итмұрын сусыны	200	200	200
	4.Сүтті корж	75	75	75
Түскі ас	1.Қырыққабат, сәбіз және көкөкөніс салаты	60	80	100
	2.Ет-сүйек сорпасынан қияр қосылған қышқыл сорпасы	200	250	300
	3.Азу	30/170	50/200	75/225
	4.Қара бидай наны	20	35	40
	5.Кептірілген жемістерден компот	200	200	200
Бесін ас	1.Банан	250	250	250

Асхана меңгерушісі Сәт

Медбике Бағдатбаева К.Б