

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері _____
Темиршина А.А
«2» 03 2026 жыл

«Бекітемін»
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры _____
Абдигалиева Г.Т
«2» 03 2026 жыл

«2» 03 2026 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс- Көктем . Бірінші апта Дүйсенбі

Тамақтану уақыты	Тағам атауы	Тағамның мөлшері		
			11-14 жас	15-18 жас
Таңғы 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 _____

Медбике _____

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері А.А. Темиршина
«3» 03 2026 жыл

«Бекітемін» НІІН
Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
«3» 03 2026 жыл

«3» 03 2026 ж./г.

АС МӘЗІРІ / МЕНЮ

Қыс-Көктем. Бірінші айта 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 С.А.Т.

Медбике Баштабаева К.Б.

«Келісілді»

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

Темиршина А.А.
« 5 » 03 2026 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры _____

Абдигалиева Г.Т.
« 5 » 03 2026 жыл

« 5 » 03 2026 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 _____

Медбике _____

«Келісілді»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
педиатр дәрігері Теміршина А.А.
«13» 03 2026 жыл

«Бекітемін»

Астана қаласы әкімдігінің
«№3 арнайы мектеп» КММ
директоры Абдигалиева Г.Т.
«13» 03 2026 жыл

«13» 03 2026 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 Сегіз

Медбике Балмабаева К.Б