



К.А. БАЖАН  
 Начальник управления делами  
 Министра финансов Республики Беларусь  
 05.01.2021 года

Копия за подписью первого заместителя Министра финансов Республики Беларусь  
 предназначена для предоставления информации в государственные органы, органы  
 местного самоуправления, органы управления образованием, органы управления  
 здравоохранения, органы управления социальной защитой населения, органы  
 управления здравоохранения и органы управления физической культурой и  
 спортом.

4 приложения к этому документу выданы в соответствии с перечнем приложений  
 к настоящему документу. 507 экз.

1 лист

Период	Данные на		Данные на		Данные на		Данные на		Итого
	7-10 мая	11-14 мая	15-18 мая	7-10 мая	11-14 мая	15-18 мая	7-10 мая	11-14 мая	
Различные услуги	Агентские услуги	16	18	20	150	145	74	245	272
	Услуги по вывозу мусора	5	6	7	74	77	0.41	0.82	0.82
	Услуги по уборке территории	1	3	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Услуги по содержанию территории	0.4	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	Услуги по ремонту и обслуживанию оборудования	9	10	11	0.68	0.68	0.78	0.82	0.82
Итого	189	217	237	548	548	2.74	3.74	3.74	
	34	54	64	1681	1681	90.77	90.77	90.77	
	69	78	87	115.99	115.99	151.12	151.12	151.12	
	11	13	14	1.62	1.62	1.76	1.76	1.76	
	16	18	20	2.66	2.66	1.41	1.41	1.41	
Итого	32	36	38	75	75	3.00	3.00	3.00	
	4	5	6	5.56	5.56	2.78	2.78	2.78	
	5	6	7	1.56	1.56	0.82	0.82	0.82	
	4	5	6	5.48	5.48	2.74	2.74	2.74	
	18	21	23	19.25	19.25	24.86	24.86	24.86	
Итого	10	10	10	548	548	2.74	2.74	2.74	
	4	5	6	1.56	1.56	0.82	0.82	0.82	
	100	100	100	1981	1981	19.81	19.81	19.81	
	100	100	100	169.50	169.50	169.50	169.50	169.50	
	20	20	20	2.94	2.94	5.15	5.15	5.15	
Итого	40	40	40	147	147	514.78	514.78	514.78	
	200	200	200	2.96	2.96	19.20	19.20	19.20	
	100	100	100	1981	1981	19.81	19.81	19.81	
	100	100	100	169.50	169.50	169.50	169.50	169.50	
	20	20	20	2.94	2.94	5.15	5.15	5.15	
Итого	40	40	40	147	147	514.78	514.78	514.78	
	200	200	200	2.96	2.96	19.20	19.20	19.20	
	100	100	100	1981	1981	19.81	19.81	19.81	
	100	100	100	169.50	169.50	169.50	169.50	169.50	
	20	20	20	2.94	2.94	5.15	5.15	5.15	

Сумма:

*Handwritten signature*

Высшая А

Сумма: 514

I апта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршак көжесі (фасоль)	200/25	230/25	250/25	картоп	40	46	50	89	3.56	4.09	4.45
				үрме бұршак (фасоль)	16	18	20	128	2.05	2.30	2.56
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				пияз	8	9	10	75	0.60	0.68	0.75
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	140	161	175		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Сәбізден салат	60	80	100	сәбіз	64	86	108	87	5.57	7.48	9.40
				қант	4	5	6	251	1.00	1.26	1.51
				өсімдік майы	6	8	10	556	3.34	4.45	5.56
Балық тефтелиі	80	90	100	балық	109	123	137	800	87.20	98.40	109.60
				бидай наны	11	12	13	147	1.62	1.76	1.91
				сүт	16	18	20	246	3.94	4.43	4.92
				пияз	13	15	17	75	0.98	1.13	1.28
				құнарландырылған бидай ұны	6	7	8	136	0.82	0.95	1.09
				өсімдік майы	5	6	7	556	2.78	3.34	3.89
Гарнир: сүт қатылған көкөніс	75/26	100/30	120/30	сәбіз	19	25	30	87	1.65	2.18	2.61
				картоп	20	27	32	89	1.78	2.40	2.85
				горошек	12	16	19	1533	18.40	24.53	29.13
				ақ қауанды қырыққабат	19	25	30	80	1.52	2.00	2.40
				сүт қатығы	26	30	30	246	6.40	7.38	7.38
				сүт	10	12	12	246	2.46	2.95	2.95
				сары май	1	1	1	548	0.55	0.55	0.55
				құнарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0.14	0.14	0.14
				бульон или вода	10	12	12		0.00	0.00	0.00
				қант	1	1	1	251	0.25	0.25	0.25
Көп дәруменді шырын	200	200	200	көп дәруменді шырын	200	200	200	317	63.40	63.40	63.40
Банан	200	200	200	банан	200	200	200	481	96.20	96.20	96.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Қалориялығы, ккал</b>					<b>718</b>	<b>910</b>	<b>987</b>		<b>402.81</b>	<b>431.72</b>	<b>455.06</b>



III апта  
1-ші күн

Индекс: 00  
Төрөсди:  
ФЭДУ: 00  
ИД/М/00  
ИД/00  
Срок пәт/  
Дия гос/  
Түрөс:  
00/00

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Вермишель салынған көже	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20	305	4.88	5.49	6.10
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				қызанақ пастасы	3	3	3	571	1.71	1.71	1.71
				бульон	191	220	240		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Бұқтырылған сыыр еті(поджарка)	80	90	100	сыыр еті	171	193	214	1681	287.45	324.43	359.73
				пияз	37	42	47	75	2.78	3.15	3.53
				өсімдік майы	11	12	13	556	6.12	6.67	7.23
				қызанақ пастасы	14	16	18	571	7.99	9.14	10.28
Гарнир: бытырап піскен карақұмық	100	130	150	карақұмық жармасы	48	62	71	401	19.25	24.86	28.47
				сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>989</b>	<b>1117</b>	<b>1207</b>		<b>668.45</b>	<b>717.29</b>	<b>760.32</b>

Бекітемін:.....

Хромтау аудандық білім бөлімінің

басшысы Болатов Э.Б

05.01.2021 жыл

### Мектеп оқушыларының тағамын қйымдастыруға арналған ас мәзірі.

<b>Дүйсенбі (1 апта 1 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Дүйсенбі (2 апта 1 күн)</b>	<b>Гр</b>
Үй кеспе көжесі	230/25	Борщ	230/25
Ет тефтелі	90	Турама зразалар(фарштан котлет)	90
Гарнир:бытырап піскен қарақұмық	130	Гарнир:арпа жармасы	130
Ара балы	10	Ара балы	10
Сүзбеше	100	Сүзбеше	100
Сүт	200	Сүт	200
Нан	35	Нан	35
<b>Сейсенбі (1 апта 2 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Сейсенбі (2 апта 2 күн)</b>	<b>Гр</b>
Жарма салынған көже	230/25	Харчо көжесі	230/25
Балғын көкөніс салаты	80	Ақ қауданды қырыққабат салаты	80
Үй қуырдағы	200	Үй қуырдағы	200
Жемістен кисель	200	Кептірілген жеміс қосындысынан компот	200
Алма	200	Алма	200
Нан	35	Нан	35
<b>Сәрсенбі (1 апта 3 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Сәрсенбі (2 апта 3 күн)</b>	<b>Гр</b>
Рассольник (тұздықты көже)	230/25	Үй кеспе көжесі	230/25
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	90	Палау (сиыр ет3нен)	150/50
Гарнир:бұқтырылған қырыққабат	130	Сүзбеше	100
Сүзбеше	100	Айран	200
Айран	200	Нан	35
Нан	35		
<b>Бейсенбі (1 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Бейсенбі (2 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>
Бұршақ көжесі (фасоль)	230/25	Бұршақ көжесі (фасоль)	230/25
Сәбізден салат	80	Балғын көкөніс салаты	80
Балық тефтелі	90	Бұқтырылған балық	75/50
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100/30	Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100/30
Көп дәруменді шырын	200	Шабдалы шырыны	200
Банан	200	Банан	200
Нан	35	Нан	35
<b>Жұма (1 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Жұма (2 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>
Харчо көжесі	230/25	Көкөніс көжесі	230/25
Ет котлеті	85/5	Ет биточкілері	85/5
Құрамалы гарнир:пісірілген күріш және картоп еzbесі	130	Гарнир:бөктірілген күріш	130
Ара балы	10	Ара балы	10
Сүзбеше	100	Сүзбеше	100
Сүт	200	Сүт	200
Нан	35	Нан	35



I апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Харчо көжесі	200/25	230/25	250/25	күріш жармасы	15	17	18	197	2.96	3.35	3.55
				пияз	19	22	24	75	1.43	1.65	1.80
				сары май	8	9	10	548	4.38	4.93	5.48
				петрушка	8	9	10	253	2.02	2.28	2.53
				қызанақ пастасы	6	7	8	601	3.61	4.21	4.81
				йодталған тұз	1	1	1	42	0.04	0.04	0.04
				бульон	200	230	250		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Ет котлеті	75/5	85/5	95/5	сыыр еті (котлетке арналған ет)	75	86	96	1681	126.08	144.57	161.38
				бидай наны	14	16	18	147	2.06	2.35	2.65
				сүт	19	22	25	246	4.67	5.41	6.15
				кептірілген нан	8	9	10	147	1.18	1.32	1.47
				өсімдік майы	5	6	7	556	2.78	3.34	3.89
				сары май	6	7	8	548	3.29	3.84	4.38
Құрамалы гарнир: пісірілген күріш және картоп езбесі	100	130	150	күріш жармасы	20	26	30	197	3.94	5.12	5.91
				сары май	5	7	8	548	2.74	3.84	4.38
				картоп	57	74	86	89	5.07	6.59	7.65
				сүт	8	10	11	246	1.97	2.46	2.71
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>927</b>	<b>1055</b>	<b>1145</b>		<b>500.43</b>	<b>529.72</b>	<b>553.94</b>

III апта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ көжесі (фасоль)	200/25	230/25	250/25	картоп	40	46	50	89	3.56	4.09	4.45
				үрме бұршақ (фасоль)	16	18	20	128	2.05	2.30	2.56
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				пияз	8	9	10	75	0.60	0.68	0.75
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	140	161	175		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Сәбізден салат	60	80	100	сәбіз	64	86	108	87	5.57	7.48	9.40
				қант	4	5	6	251	1.00	1.26	1.51
				өсімдік майы	6	8	10	556	3.34	4.45	5.56
Пісірілген тауық еті	80	90	100	тауық еті	165	186	208	568	93.72	105.65	118.14
				пияз	3	3	3	75	0.23	0.23	0.23
Гарнир: пісірілген макарон	100	130	150	макарон	36	47	54	327	11.77	15.37	17.66
				сары май	12	16	18	548	6.58	8.77	9.86
Көп дәруменді шырын	200	200	200	көп дәруменді шырын	200	200	200	317	63.40	63.40	63.40
Алмұрт	200	200	200	алмұрт	200	200	200	659	131.80	131.80	131.80
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>786</b>	<b>934</b>	<b>1030</b>		<b>420.24</b>	<b>444.95</b>	<b>465.62</b>



IV апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25	сұлы жармасы	20	23	25	379	7.58	8.72	9.48
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	200	230	250		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	80	90	100	сиыр еті	181	205	226	1681	304.26	344.61	379.91
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				пияз	8	9	10	75	0.60	0.68	0.75
				өсімдік майы	8	9	10	556	4.45	5.00	5.56
				қызанақ пастасы	19	21	24	601	11.42	12.62	14.42
				бидай ұны	6	7	8	136	0.82	0.95	1.09
Гарнир: бұқтырылған қырыққабат	100	130	150	ақ қауданды қырыққабат	143	186	215	80	11.44	14.88	17.20
				өсімдік майы	4	5	6	556	2.22	2.78	3.34
				сәбіз	3	4	5	87	0.26	0.35	0.44
				пияз	5	7	8	75	0.38	0.53	0.60
				қызанақ пастасы	9	12	14	601	5.41	7.21	8.41
				шекер	3	4	5	251	0.75	1.00	1.26
				құнарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0.14	0.14	0.14
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Айран	200	200	200	айран	200	200	200	280	56.00	56.00	56.00
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>881</b>	<b>999</b>	<b>1072</b>		<b>673.49</b>	<b>726.32</b>	<b>770.43</b>

IVапта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25	қунарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2.18	2.45	2.72
				жұмыртқа	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52
				су	3	3	3		0.00	0.00	0.00
				йодталған тұз	0.4	0.4	0.4	42	0.02	0.02	0.02
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				сары май	4	5	5	548	2.19	2.74	2.74
				бульон	189	217	236		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Қызылша салаты	60	80	100	қызылша	65	83	109	106	6.89	8.80	11.55
				өсімдік майы	8	11	14	556	4.45	6.12	7.78
Балық котлеті	80	90	100	балық	107	120	133	800	85.60	96.00	106.40
				бидай наны	15	17	19	147	2.21	2.50	2.79
				су	20	23	26		0.00	0.00	0.00
				кептірілген нан	7	8	9	147	1.03	1.18	1.32
				өсімдік майы	11	12	13	556	6.12	6.67	7.23
Гарнир: сүт қатылған көкөніс	75/26	100/30	120/30	сәбіз	19	25	30	87	1.65	2.18	2.61
				картоп	20	27	32	89	1.78	2.40	2.85
				көк бұршақ консервіленген	12	16	19	1533	18.40	24.53	29.13
				ақ қауданды қырыққабат	19	25	30	80	1.52	2.00	2.40
				сүт қатығы	26	30	30	246	6.40	7.38	7.38
				сүт	10	12	12	246	2.46	2.95	2.95
				сары май	1	1	1	548	0.55	0.55	0.55
				қунарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0.14	0.14	0.14
				су	10	12	12		0.00	0.00	0.00
				қант	1	1	1	251	0.25	0.25	0.25
				Кептірілген жемістен компот	200	200	200	кептірілген алма	15	15	15
қант	20	20	20					251	5.02	5.02	5.02
Алмұрт	200	200	200	алмұрт	200	200	200	659	131.80	131.80	131.80
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>751</b>	<b>843</b>	<b>945</b>		<b>382.71</b>	<b>410.09</b>	<b>432.95</b>



екітемін:.....  
 ромтау аудандық білім бөлімінің  
 асшысы Болатов Э.Б  
 5.01.2021 жыл

### Мектеп оқушыларының тағамын қйымдастыруға арналған ас мәзірі.

<b>Дүйсенбі (1 апта 1 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Дүйсенбі (2 апта 1 күн)</b>	<b>Гр</b>
Үй кеспе көжесі	230/25	Борщ	230/25
Ет тефтелі	90	Турама зразалар(фарштан котлет)	90
Гарнир:бытырап піскен қарақұмық	130	Гарнир:арпа жармасы	130
Ара балы	10	Ара балы	10
Сүзбеше	100	Сүзбеше	100
Сүт	200	Сүт	200
Нан	35	Нан	35
<b>Сейсенбі (1 апта 2 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Сейсенбі (2 апта 2 күн)</b>	<b>Гр</b>
Жарма салынған көже	230/25	Харчо көжесі	230/25
Балғын көкөніс салаты	80	Ақ қауданды қырыққабат салаты	80
Үй қуырдағы	200	Үй қуырдағы	200
Жемістен кисель	200	Кептірілген жеміс қосындысынан компот	200
Алма	200	Алма	200
Нан	35	Нан	35
<b>Сәрсенбі (1 апта 3 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Сәрсенбі (2 апта 3 күн)</b>	<b>Гр</b>
Рассольник (тұздықты көже)	230/25	Үй кеспе көжесі	230/25
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	90	Палау (сиыр ет3нен)	150/50
Гарнир:бұқтырылған қырыққабат	130	Сүзбеше	100
Сүзбеше	100	Айран	200
Айран	200	Нан	35
Нан	35		
<b>Бейсенбі (1 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Бейсенбі (2 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>
Бұршақ көжесі (фасоль)	230/25	Бұршақ көжесі (фасоль)	230/25
Сәбізден салат	80	Балғын көкөніс салаты	80
Балық тефтелі	90	Бұқтырылған балық	75/50
Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100/30	Гарнир:сүт қатылған көкөніс	100/30
Көп дәруменді шырын	200	Шабдалы шырыны	200
Банан	200	Банан	200
Нан	35	Нан	35
<b>Жұма (1 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>	<b>Жұма (2 апта 4 күн)</b>	<b>Гр</b>
Харчо көжесі	230/25	Көкөніс көжесі	230/25
Ет котлеті	85/5	Ет биточкілері	85/5
Құрамалы гарнир:пісірілген күріш және картоп езбесі	130	Гарнир:бөктірілген күріш	130
Ара балы	10	Ара балы	10
Сүзбеше	100	Сүзбеше	100
Сүт	200	Сүт	200
Нан	35	Нан	35

06.09.21.

II апта  
1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ	200/25	230/25	250/25	кызылша	30	35	38	106	3.18	3.71	4.03
				ак қауданды кырыққабат	23	26	28	80	1.84	2.08	2.24
				қызанақ пастасы	5	6	7	601	3.01	3.61	4.21
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				петрушка	2	2	2	253	0.51	0.51	0.51
				пияз	7	8	9	75	0.53	0.60	0.68
				йодталған тұз	1.5	2	2	42	0.06	0.08	0.08
				өсімдік майы	3	3	3	556	1.67	1.67	1.67
				қант	1.5	2	2	251	0.38	0.50	0.50
				бульон	120	138	150		0.00	0.00	0.00
Турама зразылар (фарштан котлет)	80	90	100	сиыр еті	50	50	50	1681	84.05	84.05	84.05
				сиыр еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100.86	114.31	127.76
				бидай наны	9	10	11	147	1.32	1.47	1.62
				сүт	12	14	16	246	2.95	3.44	3.94
				пияз	35	40	45	75	2.63	3.00	3.38
				өсімдік майы	9	10	11	556	5.00	5.56	6.12
				жұмыртқа	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52
Гарнир: арпа жармасы	100	130	150	кептірілген нан	7	8	9	147	1.03	1.18	1.32
				арпа жармасы	36	47	54	179	6.44	8.41	9.67
				сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
Ара балы	10	10	10	бульон	73	95	110		0.00	0.00	0.00
Сүзбеше	100	100	100	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүт	200	200	200	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Нан	20	35	40	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
				бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>844</b>	<b>978</b>	<b>1052</b>		<b>460.16</b>	<b>481.80</b>	<b>500.82</b>



III апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рассольник (тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25	картоп	80	92	100	89	7.12	8.19	8.90
				пияз	10	12	13	75	0.75	0.90	0.98
				тұздалған қияр	14	16	17	628	8.79	10.05	10.68
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				су	140	161	175		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Турама зразылар (фарш котлеті)	80	90	100	сыыр еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100.86	114.31	127.76
				бидай наны	9	10	11	147	1.32	1.47	1.62
				сүт	12	14	16	246	2.95	3.44	3.94
				пияз	35	40	45	75	2.63	3.00	3.38
				өсімдік майы	9	10	11	556	5.00	5.56	6.12
				жұмыртка	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52
				кептірілген нан	7	8	9	147	1.03	1.18	1.32
				күріш	37	48	55	356	13.17	17.09	19.58
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
				бульон	73	95	110		0.00	0.00	0.00
				сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Айран	200	200	200	айран	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>863</b>	<b>973</b>			<b>460.83</b>	<b>485.77</b>	<b>506.19</b>

IV апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ	200/25	230/25	250/25	кызылша	30	35	38	106	3.18	3.71	4.03
				ак кауданды қырыққабат	23	26	28	80	1.84	2.08	2.24
				қызанақ пастасы	5	6	7	601	3.01	3.61	4.21
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				петрушка	2	2	2	253	0.51	0.51	0.51
				пияз	7	8	9	75	0.53	0.60	0.68
				йодталған тұз	1.5	2	2	42	0.06	0.08	0.08
				өсімдік майы	3	3	3	556	1.67	1.67	1.67
				шекер	1.5	2	3	251	0.38	0.50	0.75
				бульон	120	138	150		0.00	0.00	0.00
Пісірілген тауық еті	80	90	100	сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
				тауық еті	165	186	208	568	93.72	105.65	118.14
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	пияз	3	3	3	75	0.23	0.23	0.23
				қарақұмық жармасы	48	62	71	401	19.25	24.86	28.47
Ара балы	10	10	10	сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
Сүзбеше	100	100	100	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүт	200	200	200	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Нан	20	35	40	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
				бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>742</b>	<b>867</b>	<b>925</b>		<b>456.29</b>	<b>477.73</b>	<b>496.30</b>



1	Картоп крахмалы	1000	грамм	=	440	тенге
2	Алмұрт	1000	грамм	=	659	тенге
3	Крупа рисовая	1000	грамм	=	197	тенге
4	Рыба	1000	грамм	=	800	тенге
5	Сок мультивитаминный	1000	грамм	=	317	тенге
6	Фасоль	4500	грамм	=	579	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	129	тенге
7	Томатная паста	950	грамм	=	571	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	601	тенге
8	Мед	260	грамм	=	515	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	1981	тенге
9	Горошек	400	грамм	=	613	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	1533	тенге
10	Петрушка	600	грамм	=	152	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	253	тенге
11	Зелень	150	грамм	=	57	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	380	тенге
12	Яйца	450	грамм	=	33.5	тенге
		1000	грамм	=	х	тенге
		х		=	74	тенге

II апта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Харчо көжесі	200/25	230/25	250/25	күріш жармасы	15	17	18	197	2.96	3.35	3.55
				пияз	19	22	24	75	1.43	1.65	1.80
				сары май	8	9	10	548	4.38	4.93	5.48
				петрушка	8	9	10	253	2.02	2.28	2.53
				қызанақ пастасы	6	7	8	601	3.61	4.21	4.81
				Йодталған тұз	1	1	1	42	0.04	0.04	0.04
				бульон	200	230	250		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Ақ қауданды қырыққабатсалаты	60	80	100	ақ қауданды қырыққабат	58	78	98	80	4.64	6.24	7.84
				шөптесін	7	9	11	380	2.66	3.42	4.18
				қант	4	5	6	251	1.00	1.26	1.51
				өсімдік майы	4	5	6	556	2.22	2.78	3.34
Үй қуырдағы (жаркое)	200	200	200	сиыр еті	79	79	79	1681	132.80	132.80	132.80
				картоп	178	178	178	89	15.84	15.84	15.84
				пияз	15	15	15	75	1.13	1.13	1.13
				қызанақ пастасы	11	11	11	601	6.61	6.61	6.61
				өсімдік майы	7	7	7	556	3.89	3.89	3.89
Кептірілген жеміс қосындысынан компот	200	200	200	Алма мен алмұрт	20	20	20	488	9.76	9.76	9.76
				қант	20	20	20	251	5.02	5.02	5.02
Алма	200	200	200	алма	200	200	200	488	97.60	97.60	97.60
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>769</b>	<b>830</b>	<b>870</b>		<b>391.33</b>	<b>398.72</b>	<b>404.37</b>



III апта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25	сулы жармасы	20	23	25	379	7.58	8.72	9.48
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	200	230	250		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	ақ кауданды қырыққабат	41	55	69	80	3.28	4.40	5.52
				сәбіз	18	24	30	87	1.57	2.09	2.61
				өсімдік майы	8	11	13	556	4.45	6.12	7.23
Бөктірілген балық	75/50	75/50	100/50	балық	142	142	190	800	113.60	113.60	152.00
				пияз	4	4	5	75	0.30	0.30	0.38
				петрушка	5	5	7	253	1.27	1.27	1.77
				ақ қатық негізгі	50	50	50	246	12.30	12.30	12.30
				бульон	55	55	55		0.00	0.00	0.00
				сары май	3	3	3	548	1.64	1.64	1.64
				құнарландырылған бидай ұны	3	3	3	136	0.41	0.41	0.41
				пияз	2	2	2	75	0.15	0.15	0.15
Гарнир: картоп езбесі	100	130	150	картоп	115	150	174	89	10.24	13.35	15.49
				сүт	17	22	26	246	4.18	5.41	6.40
				сары май	7	9	10	548	3.84	4.93	5.48
Жемістен кисель	200	200	200	кептірілген жеміс	8	8	8	1871	14.97	14.97	14.97
				қант	24	24	24	251	6.02	6.02	6.02
				картоп крахмалы	10	10	10	440	4.40	4.40	4.40
				лимон қышқылы	0.3	0.3	0.3	753	0.23	0.23	0.23
				су	218	218	218		0.00	0.00	0.00
Банан	200	200	200	банан	200	200	200	481	96.20	96.20	96.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>826</b>	<b>928</b>	<b>1024</b>		<b>384.18</b>	<b>397.08</b>	<b>444.14</b>

Бекітемін: \_\_\_\_\_  
 Хромтау аудандық білім бөлімінің  
 басшысы Болатов Э.Б.  
 05.01.2021 жыл

Келісемін: \_\_\_\_\_  
 Облыстық білім басқармасы басшысының  
 орынбасары Н.Л.Бертлеуова  
 05.01.2021 жыл

**Хромтау аудандық немесе қалалық білім бөлімі бойынша жалпы білім беретін ұйымдарда мектеп оқушыларының тағамын  
 ұйымдастыруға арналған 4 апталық АС МӘЗІРІ**

**4 апталық ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға көрсеткіші  
 (қосымша құн салығын қоса есептегенде) 507 теңге**

**I апта  
 I-ші күн**

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25	құнарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2.18	2.45	2.72
				жұмыртқа	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52
				су	3	3	3		0.00	0.00	0.00
				йодталған тұз	0.4	0.4	0.4	42	0.02	0.02	0.02
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				сары май	4	5	5	548	2.19	2.74	2.74
				бульон	189	217	237		0.00	0.00	0.00
Ет тефтелиі	80	90	100	сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
				сиыр еті (котлетке арналған ет)	69	78	87	1681	115.99	131.12	146.25
				бидай наны	11	12	13	147	1.62	1.76	1.91
				сүт	16	18	20	246	3.94	4.43	4.92
				пияз	32	36	40	75	2.40	2.70	3.00
				өсімдік майы	4	5	6	556	2.22	2.78	3.34
				құнарландырылған бидай ұны	5	6	7	136	0.68	0.82	0.95
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	сары май	4	5	5	548	2.19	2.74	2.74
				қарақұмық жармасы	48	62	71	401	19.25	24.86	28.47
Ара балы	10	10	10	ара балы	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
Сүзбеше	100	100	100	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүт	200	200	200	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Нан	20	35	40	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Калориялығы, ккал				бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
					<b>897</b>	<b>1027</b>	<b>1110</b>		<b>488.13</b>	<b>514.78</b>	<b>536.85</b>

Орта есеппен 513

Орындаған:

Утегенова У.Е.



II апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге			
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25	кұнарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2.18	2.45	2.72	
				жұмыртқа	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52	
				су	3	3	3		0.00	0.00	0.00	
				йодталған тұз	0.4	0.4	0.4	42	0.02	0.02	0.02	
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83	
				сары май	4	5	5	548	2.19	2.74	2.74	
				бульон	189	217	237		0.00	0.00	0.00	
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77	
Палау (сиыр етінен)	150/50	150/50	150/50	сиыр еті	107	107	107	1681	179.87	179.87	179.87	
				күріш жармасы	51	61	68	197	10.05	12.02	13.40	
				өсімдік майы	8	10	11	556	4.45	5.56	6.12	
				пияз	9	11	12	75	0.68	0.83	0.90	
				сәбіз	14	17	19	87	1.22	1.48	1.65	
				қызанақ пастасы	16	19	21	601	9.62	11.42	12.62	
				сүзбеше	100	100	100					
Айран	200	200	200	айран	200	200	200	1695	169.50	169.50	169.50	
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	280	56.00	56.00	56.00	
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>818</b>	<b>912</b>	<b>961</b>		<b>147</b>	<b>2.94</b>	<b>5.15</b>	<b>5.88</b>
									<b>530.51</b>	<b>538.98</b>	<b>543.53</b>	

Орта есеппен 538

III апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25	кұнарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2.18	2.45	2.72
				жұмыртқа	5	6	7	74	0.37	0.44	0.52
				су	3	3	3		0.00	0.00	0.00
				йодталған тұз	0.4	0.4	0.4	42	0.02	0.02	0.02
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				сары май	4	5	5	548	2.19	2.74	2.74
				бульон	189	217	236		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Рагу (сыыр етінен)	140/60	140/60	140/60	сыыр еті	96	96	96	1681	161.38	161.38	161.38
				өсімдік майы	8	8	8	556	4.45	4.45	4.45
				картоп	120	120	120	89	10.68	10.68	10.68
				сәбіз	24	24	24	87	2.09	2.09	2.09
				пияз	11	11	11	75	0.83	0.83	0.83
				кұнарландырылған бидай ұны	3	3	3	136	0.41	0.41	0.41
				ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
				сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20				
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>748</b>	<b>790</b>	<b>804</b>		<b>517.48</b>	<b>520.65</b>	<b>521.81</b>

Орта есеппен 520



1 апта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25	сұлы жармасы	20	23	25	379	7.58	8.72	9.48
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	200	230	251		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	ақ қауанды қырыққабат	41	55	69	80	3.28	4.40	5.52
				сәбіз	18	24	30	87	1.57	2.09	2.61
				өсімдік майы	8	11	13	556	4.45	6.12	7.23
Үй қуырдағы (жаркое)	200	200	200	сиыр еті	79	79	79	1681	132.80	132.80	132.80
				картоп	178	178	178	89	15.84	15.84	15.84
				пияз	16	16	16	75	1.20	1.20	1.20
				қызанақ пастасы	8	8	8	601	4.81	4.81	4.81
				өсімдік майы	7	7	7	556	3.89	3.89	3.89
Жемісітен кисель	200	200	200	кептірілген жеміс	8	8	8	1871	14.97	14.97	14.97
				қант	24	24	24	251	6.02	6.02	6.02
				картоп крахмалы	10	10	10	410	4.10	4.10	4.10
				лимон қышқылы	0.3	0.3	0.3	753	0.23	0.23	0.23
				су	218	218	218		0.00	0.00	0.00
Алма	200	200	200	алма	200	200	200	488	97.60	97.60	97.60
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>775</b>	<b>869</b>	<b>888</b>		<b>395.90</b>	<b>403.36</b>	<b>407.77</b>

II апта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Бұршак көжесі (фасоль)	200/25	230/25		250/25	үрме бұршак (фасоль)	16		18	20	128
картоп				40		46	50	89	3.56	4.09	4.45
сәбіз				8		9	10	87	0.70	0.78	0.87
пияз				8		9	10	75	0.60	0.68	0.75
өсімдік майы				4		5	5	556	2.22	2.78	2.78
бульон				140		161	175		0.00	0.00	0.00
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	ақ қанданды қырыққабат	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
	60	80	100	сәбіз	41	55	69	80	3.28	4.40	5.52
Бұқтырылған балық	75/50	75/50	75/50	өсімдік майы	18	24	30	87	1.57	2.09	2.61
				балық	8	11	13	556	4.45	6.12	7.23
				су	112	115	120	800	89.60	92.00	96.00
				сәбіз	27	27	27		0.00	0.00	0.00
				петрушка	23	23	23	87	2.00	2.00	2.00
				пияз	3.00	3.00	3.00	253	0.76	0.76	0.76
				қызанақ пастасы	10	10	10	75	0.75	0.75	0.75
				өсімдік майы	10	10	10	601	6.01	6.01	6.01
				йодталған тұз	5	5	5	556	2.78	2.78	2.78
				сәбіз	1	1	1	42	0.04	0.04	0.04
Гарнир: сүт қатылған көкөніс	75/26	100/30	120/30	картоп	19	25	30	87	1.65	2.18	2.61
				ақ қанданды қырыққабат	20	27	32	89	1.78	2.40	2.85
				сүт қатығы	19	25	30	80	1.52	2.00	2.40
				сүт	26	30	30	246	6.40	7.38	7.38
				сары май	10	12	12	246	2.46	2.95	2.95
				кұнарландырылған бидай ұны	1	1	1	548	0.55	0.55	0.55
				бульон	1	1	1	136	0.14	0.14	0.14
				кант	10	12	12		0.00	0.00	0.00
				Шабдалы шырыны	1	1	1	251	0.25	0.25	0.25
				Банан	200	200	200	317	63.40	63.40	63.40
Нан	200	200	200	481	96.20	96.20	96.20				
Калориялығы, ккал	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
					<b>809</b>	<b>896</b>	<b>954</b>		<b>388.42</b>	<b>400.95</b>	<b>410.49</b>

Орта есеппен 400

IV апта  
1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балғын қырыққабаттан щи	200/25	230/25	250/25	ақ қауданды қырыққабат	69	79	86	80	5.52	6.32	6.88
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				петрушка	3	3	3	253	0.76	0.76	0.76
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				қызанақ пастасы	3	3	3	601	1.80	1.80	1.80
				құнарландырылған бидай ұны	3	3	3	136	0.41	0.41	0.41
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	160	184	200		0.00	0.00	0.00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Палау (сыыр еті)	150/50	180/50	200/50	сыыр еті	107	107	107	1681	179.87	179.87	179.87
				күріш жармасы	51	61	68	356	18.16	21.72	24.21
				өсімдік майы	8	10	11	556	4.45	5.56	6.12
				пияз	9	11	12	75	0.68	0.83	0.90
				сәбіз	14	17	19	87	1.22	1.48	1.65
				қызанақ пастасы	16	19	21	601	9.62	11.42	12.62
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>885</b>	<b>925</b>	<b>968</b>		<b>558.55</b>	<b>569.25</b>	<b>575.20</b>



І апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рассольник (тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25	картоп	80	92	100	89	7.12	8.19	8.90
				пияз	10	12	13	75	0.75	0.90	0.98
				тұздалған қияр	14	16	17	628	8.79	10.05	10.68
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон или вода	140	161	175		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Бұқтырылған ет (сиыр еті)	80	90	100	сиыр еті	181	205	226	1681	304.26	344.61	379.91
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				пияз	8	9	10	75	0.60	0.68	0.75
				өсімдік майы	8	9	10	556	4.45	5.00	5.56
				қызанақ пастасы	19	21	24	601	11.42	12.62	14.42
				қунарландырылған бидай ұны	6	7	8	136	0.82	0.95	1.09
				ақ қауанды қырыққабат	143	186	215	80	11.44	14.88	17.20
Гарнир: бұқтырылған қырыққабат	100	130	150	өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				сәбіз	3	4	4	87	0.26	0.35	0.35
				пияз	5	7	7	75	0.38	0.53	0.53
				қызанақ пастасы	9	12	13	601	5.41	7.21	7.81
				қунарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0.14	0.14	0.14
				шекер	3	4	5	251	0.75	1.00	1.26
				сузбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Айран	200	200	200	200	200	200	280	56.00	56.00	56.00	
Нан	20	35	40	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88	
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>877</b>	<b>989</b>	<b>1055</b>		<b>680.94</b>	<b>734.86</b>	<b>778.14</b>

II апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Көкөніс көжесі	200	230/25	250/25	ак қанданды қырыққабат	20	23	25	80	1.60	1.84	2.00
				картоп	53	61	66	89	4.72	5.43	5.87
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				көк бұршақ консервіленген	9	10	11	1533	13.80	15.33	16.86
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бульон	151	174	190		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Ет биточкілері	75/5	85/5	95/5	сиыр еті (котлетке арналған ет)	75	86	96	1681	126.08	144.57	161.38
				бидай наны	14	16	18	147	2.06	2.35	2.65
				сүт	18	21	24	246	4.43	5.17	5.90
				кептірілген нан	8	9	10	147	1.18	1.32	1.47
				өсімдік майы	5	6	7	556	2.78	3.34	3.89
				сары май	6	7	8	548	3.29	3.84	4.38
				Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55
				сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
				бульон	73	95	110		0.00	0.00	0.00
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19.81	19.81	19.81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49.20	49.20	49.20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>899</b>	<b>1035</b>	<b>1121</b>		<b>511.36</b>	<b>542.10</b>	<b>567.26</b>

IVапта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Вермишель салынған көже	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20	305	4.88	5.49	6.10
				сәбіз	11	13	14	87	0.96	1.13	1.22
				пияз	9	10	11	75	0.68	0.75	0.83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				қызанақ пастасы	3	3	3	601	1.80	1.80	1.80
				бульон	191	220	240		0.00	0.00	0.00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
Дәруменді салат (2-нұсқа)	60	80	100	ақ қауданды қырыққабат	15	20	25	80	1.20	1.60	2.00
				сәбіз	12	16	20	87	1.04	1.39	1.74
				көк жуа	4	5	6	75	0.30	0.38	0.45
				алма	16	22	27	488	7.81	10.74	13.18
				лимон шырын үшін	4	6	8	753	3.01	4.52	6.02
				өсімдік майы	10	13	16	556	5.56	7.23	8.90
				сиыр еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100.86	114.31	127.76
Турама зразылар (фарш котлеті)	80	90	100	бидай наны	9	10	11	147	1.32	1.47	1.62
				сүт	12	14	16	246	2.95	3.44	3.94
				пияз	35	40	45	75	2.63	3.00	3.38
				өсімдік майы	9	10	11	556	5.00	5.56	6.12
				жұмыртқа	7	8	9	74	0.52	0.59	0.67
				петрушки	4	5	6	253	1.01	1.27	1.52
				кептірілген нан	7	8	9	147	1.03	1.18	1.32
				арпа жармасы	36	47	55	179	6.44	8.41	9.85
Гарнир: арпа жармасы	100	130	150	бульон	73	95	110		0.00	0.00	0.00
				сары май	4	5	6	548	2.19	2.74	3.29
				көп дәруменді шырын	200	200	200	317	63.40	63.40	63.40
Көп дәруменді шырын	200	200	200	алма	200	200	200	488	97.60	97.60	97.60
Алма	200	200	200	алма	200	200	200	488	97.60	97.60	97.60
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2.94	5.15	5.88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>910</b>	<b>1059</b>	<b>1173</b>		<b>408.14</b>	<b>436.69</b>	<b>462.11</b>