

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
АҚТӨБЕ ОБЛСЫНЫҢ ӘКІМДІГІ

«АҚТӨБЕ ОБЛЫСЫНЫҢ БІЛІМ
БАСҚАРМАСЫ» ММ

«АҚТӨБЕ ҚАЛАСЫНЫҢ
БІЛІМ БӨЛІМІ» ММ



РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
АКИМАТ АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АКТЮБИНСКОЙ ОБЛАСТИ»

ГУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОДА АКТӨБЕ»

БҰЙРЫҚ

ПРИКАЗ

2021 жылғы 10 » 03

№ 62

«___» ___ 20__ года

Ақтөбе қ.

г.Ақтөбе

**Жалпы білім беретін мектептердегі
білім алушылар мен тәрбиеленушілердің
жекелеген санаттарына тегін және жеңілдікпен
тамақтандыруды ұйымдастыру бойынша**

Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2012 жылғы 12 наурыздағы №320 Қаулысы негізінде және Қазақстан тағамтану академиясымен, Ұлттық денсаулық орталығының мамандарының нұқсаулығымен дұрыс тамақтануының 4 апталық мәзірінің бірыңғай стандартын қолдана отыра, білім беру ұйымдарында жекеленген санаттағы оқушыларға тегін тамақтандыруды ұйымдастыру бойынша 2021 жылғы ас мәзірін пайдалану үшін

БҰЙЫРАМЫН:

1. Жалпы білім беретін мектеп басшыларына (Белогор НМ қоспағанда):
 - 1.1. Осы бұйрықтың қосымшасында жалғанған қалалық білім бөлімінің ас мәзірі негізінде бір оқушыға тамақтану құны ҚҚС есепке алғанда 507 теңгемен есептелініп, ұйымдастырылсын.
2. Мектеп асханаларындағы тамақтандыру жұмысының санитарлық-гигиеналық талаптарға сай жүргізілуі қатаң міндеттелсін.
3. Жекеленген санаттағы оқушылардың құжаттарының тізбегін Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2020 жылғы 24 сәуірдегі №158 бұйрығына 10-қосымшасына сәйкес жүргізілсін.
4. Осы бұйрықтың орындалуын қадағалау білім бөлімінің орынбасары А.Сыдыкова мен бас маман У.Орынбаеваға жүктелсін.

Ақтөбе қаласы білім
бөлімінің басшысы

С.Сулейменов



Бөлігемін: _____
 Актөбә каласының билим бөлігінин башлысы С.С. Улейишев
 бөлігінин башлысы С.С. Улейишев

Актөбә каласының билим бөлігінин бойынша жалпы билим беретгін ұйымдарда мектеп окушылардың татамын
 ұйымдастыруға арналган 4 анталык АС МӘЗІРІ
 2021 жыл

Ас мәзирі бойынша бекітілуге тигісі бата 507 теңге
 (косьмиша күн салгыын коса есептегенде)

1 анта
 1-ші күн

Татамын атауы	Татамын шыгымы, г			Татамын ингериненттери	Брутто, г			Багасы, кг (теңге)	Багас, 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 кесте көкейи	200/25	230/25	250/25	куннарландырылган бидий ұны	16	18	20	195	3,12	3,51	3,90
				картон	80	92	100	89	7,12	8,19	8,90
				жумьртка	5	6	7	350	1,75	2,10	2,45
				су	3	3	3	90	0,27	0,27	0,27
				болдуган туз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				пиез	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				сары май	4	5	5	2225	8,90	11,13	11,13
				бульон	189	217	237	20	3,78	4,34	4,74
				синар етi	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				синар етi (котлетке арналган ет)	69	78	87	1681	115,99	131,12	146,25
				бидий нанна	11	12	13	239	2,63	2,87	3,11
				сүт	16	18	20	246	3,94	4,43	4,92
пиез	32	36	40	75	2,40	2,70	3,00				
өсімлік майы	4	5	6	556	2,22	2,78	3,34				
куннарландырылган бидий ұны	5	6	7	136	0,68	0,82	0,95				
сары май	4	5	5	2225	8,90	11,13	11,13				
куннарландырылган бидий ұны	48	62	71	401	19,25	24,86	28,47				
сары май	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35				
ара багы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81				
сорпа	50	50	50	20	1,00	1,00	1,00				
куннарландырылган бидий ұны	2,5	2,5	2,5	239	0,60	0,60	0,60				
өсімлік майы	1	1	1	556	0,56	0,56	0,56				
кызанак	5	5	5	544	2,72	2,72	2,72				
сабиз	5	5	5	871	4,36	4,36	4,36				
кайт	0,75	0,75	0,75	251	0,19	0,19	0,19				
сүбөше	50	50	50	1695	84,75	84,75	84,75				
сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20				
нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
Калориялыгы, ккал				897	1027	1110	447,43	481,22	506,57		

сүбөс

Орындаган: Орынбаева Улжам Тлеужановна

Тағамның атауы	Тағамның шығарымы, г			Тағамның ингредиенттері	Бүтіндігі			Бағасы, кт (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	Сұйы жармасы	20	23	25	379	7,58	8,72	9,48
				Сөбі	11	13	14	87	0,90	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
				Бұлың	200	230	251	20	4,00	4,60	5,02
				Сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				Ік 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
				Сыыр еті	79	79	79	1681	132,80	132,80	132,80
Үй құбырлағы (жарқос)	150	150	150	Қартоп	178	178	178	89	15,84	15,84	15,84
				Пияз	16	16	16	75	1,20	1,20	1,20
				Қызынак	8	8	8	544	4,35	4,35	4,35
				Өсімдік майы	7	7	7	556	3,89	3,89	3,89
				Шей	1	1	1	2962	2,96	2,96	2,96
				Қант	15	15	15	251	3,77	3,77	3,77
				Сүт	150	150	150	90	13,50	13,50	13,50
				Ара балы	10	10	10	246	36,90	36,90	36,90
				Жемістер	200	200	200	488	19,81	19,81	19,81
				Нан	20	35	40	239	97,60	97,60	97,60
Каториялыты, ккал	775	869	888	452,91	462,34	467,63					

Лапта
3-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығыны, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кт (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
Рассолынік (тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25	картон	80	92	100	89	7.12	8.19	8.90
				пшаз	10	12	13	75	0.75	0.90	0.98
				1 ұядағын қиыр	15	16	17	628	8.79	10.05	10.68
				арпа жәрдемасы	4	4.6	5	179	0.72	0.82	0.90
				өсімдік майы	4	5	5	556	2.22	2.78	2.78
				бұлғон қияи вода	140	161	175	90	12.60	14.49	15.75
				сныр еті	54	54	54	1681	90.77	90.77	90.77
				сныр еті	85	85	85	1681	142.89	142.89	142.89
				сәбіз	8	9	10	87	0.70	0.78	0.87
				пшаз	8	9	10	75	0.60	0.68	0.75
Бұқтырылған ет (сныр ет)	80	80	80	өсімдік майы	8	9	10	556	4.45	5.00	5.56
				кызылжик	19	21	24	544	10.34	11.42	13.06
				кұядрғидьдырылған бйдай ұны	6	7	8	156	0.82	0.95	1.09
				макаронь	36	47	54	327	11.77	15.37	17.66
Макаронь отварыне	100	130	150	сары май	4	5	5	2225	8.90	11.13	11.13
				сұрбеше	100	100	100	1695	169.50	169.50	169.50
Кетірілген жемістен компот	200	200	200	Алма мен алмұрт	34	34	34	488	16.59	16.59	16.59
				кайт	20	20	20	251	5.02	5.02	5.02
Нап	20	35	40	вода	200	200	200	90	18.00	18.00	18.00
				бйдай напы	20	35	40	239	4.78	8.37	9.56
Қалдырылғд, ккал					877	989	1055		517.32	533.70	542.41

Жауапты маман: У Орынбаева

1 айта
4-ші күн

Тарамның атауы	Тарамның шығымы, г			Тарамның ингредиенттері	Брутто-г			Бағасы, кт (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				
Бұршақ көжең (тороқ)	200/25	230/25	230/25	картон	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45				
				урпа бұршақ (фасоль)	16	18	20	128	2,05	2,30	2,56				
				суд	8	9	10	57	0,75	0,87	0,95				
				пияз	8	9	10	75	0,60	0,68	0,75				
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78				
				булдоң	140	161	175	20	2,80	3,22	3,50				
				сұйыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77				
				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 рефреша	80	80	80	балық	109	109	109	800	87,20	87,20	87,20				
				бұдай 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				
				қуырғандырғылған бұлай ұны	6	7	8	136	0,82	0,95	1,09				
				өсімдік майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89				
				сәбіз	20	26	30	87	1,74	2,26	2,61				
				картон	43	56	64	89	3,83	4,98	5,70				
				горошек	12	16	19	1333	18,40	24,53	29,13				
				ак қарулы қырдықабат	51	66	38	80	4,08	5,28	3,04				
Қызанақ соусымен көкөніс бұқтырмасы	100	130	150	сорта	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35				
				қуырғандырғылған бұлай ұны	50	50	50	20	1,00	1,00	1,00				
				өсімдік майы	2,5	2,5	2,5	136	0,34	0,34	0,34				
				қызанақ	1	1	1	556	0,56	0,56	0,56				
				сәбіз	5	5	5	544	2,72	2,72	2,72				
				қант	5	5	5	87	0,44	0,44	0,44				
				пияз	0,75	0,75	0,75	251	0,19	0,19	0,19				
				сү	16	16	16	753	12,05	12,05	12,05				
				картон	24	24	24	20	4,28	4,28	4,28				
				Жеңіс-жүйелер	200	200	200	281	6,02	6,02	6,02				
Лимон суыны	200	200	200	қант	5	5	5	87	0,44	0,44	0,44				
				сү	16	16	16	753	12,05	12,05	12,05				
				картон	24	24	24	20	4,28	4,28	4,28				
				Жеңіс-жүйелер	200	200	200	281	6,02	6,02	6,02				
				Қалпынғылы, ккыл	20	35	40	бұлай наны	20	20	20	488	97,60	97,60	97,60
								картон	20	20	20	147	2,94	5,15	5,88
								Брутто-г	910	987			375,01	395,14	407,33

Лапта
5-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның мөлшері, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто			Бағасы, кт (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
Харчо көжесі	200/25	230/25	250/25	күрші жармасы	15	17	18	197	2,96	3,35	3,55
				картон	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45
				шөп	19	22	24	22	1,45	1,62	1,80
				сары май	8	9	10	2225	17,80	20,03	22,25
				петрушка	8	9	10	253	2,02	2,28	2,53
				кызанак	6	7	8	544	3,26	3,81	4,35
				йодтыған тұз	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04
				бұяқон	200	230	250	20	4,00	4,60	5,00
				сыяр ет	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сыяр ет (қолжетпеге арналған ет)	75	75	75	1681	126,08	126,08	126,08
Ет қоллеті	50	50	50	бұдай наны	14	16	18	239	3,35	3,82	4,30
				сүт	19	22	25	246	4,67	5,41	6,15
				көптірілген нан	8	9	10	147	1,18	1,32	1,47
				оспаңдық майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89
				сары май	6	7	8	2225	13,35	15,58	17,80
				күрші жармасы	37	48	55	197	7,29	9,46	10,84
				сары май	5	7	8	2225	11,13	15,58	17,80
				сорпа	73	95	110	89	6,50	8,46	9,79
				ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
				айран	200	200	200	280	56,00	56,00	56,00
Кәсіпкерлік қызыл	20	35	40	246	4,92	8,61	9,84				
Кәсіпкерлік қызыл	927	1085	1145		382,89	404,07	418,51				

II анна
I-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шындығы, г			Тағамның тип респонденттері	Бүртөл			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	Қалыпта	30	35	38	106	3,18	3,71	4,03
				картоп	178	178	178	89	15,84	15,84	15,84
				ық қайуынды қайықшы...	23	20	20	80	1,84	2,08	2,24
				қызанақ	5	6	7	544	2,72	3,26	3,81
				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
				иолтанған 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	20	2,40	2,76	3,00
				смак еті	50	50	50	1681	84,05	84,05	84,05
				смак еті (көптегіс арналған ет)	60	7	60	1681	100,86	11,77	100,86
				ойдай нан	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	350	1,75	2,10	2,45				
кестірілген 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	2225	8,90	11,13	13,35				
бульон	73	95	110	20	1,46	1,90	2,20				
арпа балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81				
Сүзбеіше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50				
шай	1	1	1	2962	2,96	2,96	2,96				
қант	15	15	15	251	3,77	3,77	3,77				
сү	150	150	150	90	13,50	13,50	13,50				
Қалыпталды, ккнал	844	978	1052		455,75	375,34	471,70				

II анна
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығатынын, г			Тағамның ингредиенттері	Бүтпөл			Бағасы, кт	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	күрші жармасы	15	17	18	197	2,96	3,35	3,55
				шыры майы	15	22	24	22	1,45	1,65	1,80
				петрушка	8	9	10	2225	17,80	20,03	22,25
				кызанақ	8	9	10	253	2,02	2,28	2,53
				бодталған тұз	6	7	8	601	3,61	4,21	4,81
				булғон	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04
				сыяр еті	200	230	250	20	4,00	4,60	5,00
				ак қаулаңды қырыққабат	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				шөгесті	58	78	98	80	4,64	6,24	7,84
				қант	7	9	11	380	2,66	3,42	4,18
Ақ қаулаңды қырыққабат	47	58	71	өсімдік майы	4	5	6	251	1,00	1,26	1,51
				сыяр еті	4	5	6	556	2,22	2,78	3,34
				кәртөп	79	79	79	1681	132,80	132,80	132,80
				пияз	178	178	178	89	15,84	15,84	15,84
				кызанақ	15	15	15	75	1,13	1,13	1,13
				өсімдік майы	11	11	11	544	5,98	5,98	5,98
				Алма мен алмұрт	7	7	7	556	3,89	3,89	3,89
				қант	34	34	34	488	16,59	16,59	16,59
				Сүбіше	20	20	20	251	5,02	5,02	5,02
				Жемістер	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Кеттірілген жемістен компот	200	200	200	Жеміс-жидек	150	150	150	576	86,40	86,40	86,40
				Ойпаң нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Калориялық, ккал					769	830	870	573,25	582,92	590,65	

II анна
3-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кт	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 кесіге көзжесі	200/25	230/25	230/25	Аударылдырылған бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72
				картош	86	92	106	85	7,12	8,15	8,96
				жұмыртқа	5	6	7	350	1,75	2,10	2,45
				су	3	3	3	90	0,27	0,27	0,27
				қолданылған тұз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				пиыз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				сары май	4	5	5	2225	8,90	11,13	11,13
				булғон	189	217	237	20	3,78	4,34	4,74
				саяр ет	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				күрші жармасы	107	107	107	107	179,87	179,87	179,87
				өсімдік майы	51	61	68	197	10,05	12,02	13,40
				пиыз	8	10	11	556	4,45	5,56	6,12
				сәбіз	9	11	12	75	0,68	0,83	0,90
Кісанак	14	17	19	87	1,22	1,48	1,65				
Ара балы	10	10	10	544	8,70	10,34	11,42				
Айран	200	200	200	1981	19,81	19,81	19,81				
Нан	20	35	40	280	56,00	56,00	56,00				
Қалдырылғы, квал	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
				818	912	961	399,17	411,05	416,87		

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто-г			Ығасы, кг (теңге)	Ығасы, 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
Бұрышак көжесі (фасоль и/е горох)	200/25	230/25	250/25	Урыс бұрышак (фасоль)	16	18	20	128	2,05	2,30	2,56
				карпун	46	46	50	89	3,56	4,05	4,45
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,87	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
				булыон	140	161	175	20	2,80	3,22	3,50
				сыбар еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				як қауынды 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	536	4,45	6,12	7,23
Бұқтырылған балық	55/50	55/50	55/50	СҮТ	112	112	112	800	89,60	89,60	89,60
				балық	27	27	27	246	6,64	6,64	6,64
				сәбіз	23	23	23	87	2,00	2,00	2,00
				петрушка	3,00	3,00	3,00	253	0,76	0,76	0,76
				пияз	10	10	10	75	0,75	0,75	0,75
				қызылдық	10	10	10	544	5,44	5,44	5,44
				өсімдік майы	5	5	5	556	2,78	2,78	2,78
				болтадан тұз	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04
				күрші жармаасы	37	48	55	197	7,29	9,46	10,84
				сары май	5	7	8	2225	11,13	15,58	17,80
Құрамадағы гарнир пісірілген күрші	100	130	150	Вода	73	95	110	90	6,57	8,55	9,90
				дымон	16	16	16	753	12,05	12,05	12,05
				CV	214	214	214	20	4,28	4,28	4,28
				жеміс-желектер	24	24	24	251	6,02	6,02	6,02
				кәміт	150	150	150	576	86,40	86,40	86,40
				бүдйей наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
				жасыл картоп	200	200	200	356,69	372,73	382,22	
				Нан	200	200	200	809	896	954	
				Жемістер	200	200	200	214	214	214	
				Калориялыты, ккал	20	35	40	809	896	954	

II анна
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығатыны, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто-г			Бағасы, кт	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	Әк қауынды қырдықыбағ	20	23	25	80	1,60	1,84	2,00
				Қабырға	53	61	60	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
				Бөсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				Бұлған	151	174	190	20	3,02	3,80	3,80
				Сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				Сыыр еті (қолтегіге арналған ет)	75	75	75	1681	126,08	126,08	126,08
				Бұдай нан	14	16	18	147	2,06	2,35	2,65
Ет бұлғандары	50	50	50	Сүт	18	21	24	246	4,43	5,17	5,90
				Кептірілген нан	8	9	10	147	1,18	1,32	1,47
				Осімдік майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89
				Сары май	5	6	7	2225	13,35	15,58	17,80
				Маварона	6	7	8	327	11,77	15,37	17,66
				Бұлған	36	47	54	2225	8,90	11,13	11,13
				Сары май	4	5	5	20	1,46	1,90	2,20
				Ара бапы	73	95	110	1981	19,81	19,81	19,81
				Сүт	10	10	10	246	49,20	49,20	49,20
				Нан	200	200	200	246	2,94	5,15	5,88
Піскен маварон	100	130	150	Бұдай нан	20	35	40	147	361,71	377,89	387,79
				Сүт	20	200	200	246	2,94	5,15	5,88
				Ара бапы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
				Сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
				Нан	20	35	40	147	361,71	377,89	387,79
				Бұдай нан	20	35	40	147	361,71	377,89	387,79
				Сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
				Ара бапы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
				Сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
				Нан	20	35	40	147	361,71	377,89	387,79
Калориялыты, ккал					899	1035	1121		361,71	377,89	387,79

III апта
1-ші күні

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
				Сады	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
				қызынак	3	3	3	544	1,63	1,63	1,63
Бұқтырылған сиыр еті (нолджарка)	80	80	80	Бұлжон	191	220	240	20	3,82	4,40	4,80
				сиыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сиыр еті	171	171	171	1681	287,45	287,45	287,45
				Пияз	37	42	47	75	2,78	3,15	3,53
				өсімдік майы	11	12	13	556	6,12	6,67	7,23
Гарнир: Батыран тоскен қарақұмық	100	130	150	Қызынак	14	16	18	544	7,62	8,70	9,79
				қарақұмық жармасы	48	62	71	401	19,25	24,86	28,47
				сиыр майы	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35
Ара бады	10	10	10	401	19,81	19,81	19,81				
Сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20				
Нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
Қалориялығыз, ккал				989	1117	1207	509,02	523,08	532,84		

III анга
2-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығарылымы, г			Тағамның иірілгеніндегі	Бұрылған			Батаасы, кг (теңге)	Батаасы, 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
Бұрылған жемістен (фасоль)	200/25	250/25	250/25	картоп	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45
				Үдік бұрылған (фасоль)	16	18	20	126	2,02	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
				бұлағын	140	161	175	20	2,80	3,22	3,50
				сыяыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сәбіз	64	86	108	87	5,52	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
Пюрделген тауық еті	80	90	100	165	186	208	568	93,72	105,65	118,14	
І Арнаур ілгерілген макарон	100	130	150	3	3	3	75	0,23	0,23	0,23	
Келтірілген жемістен компот	200	200	200	макарон	36	47	54	327	11,72	15,37	17,66
				сары май	12	16	18	2225	26,70	35,60	40,05
				Алма мен алмаурт	20	20	20	659	13,18	13,18	13,18
Ақпан	150	150	150	20	20	20	251	5,02	5,02	5,02	
Жемістер	150	150	150	200	200	200	20	4,00	4,00	4,00	
Нан	20	35	40	150	150	150	280	42,00	42,00	42,00	
Калориялыты, ккал				150	150	150	488	73,20	73,20	73,20	
				20	35	40	147	2,94	5,15	5,88	
				786	934	1030		385,37	417,20	441,50	

III апта
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шегімі, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто			Бағасы, кә	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 (сұздықпен көже)	200/25	230/25	250/25	картон	80	92	100	19	7,12	8,19	8,90
				пиво	10	12	13	15	0,75	0,90	0,98
Турама ұрпақтар (фарш котлеті)	70	70	70	құздылған қыяр	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	90	12,60	14,49	15,75
				смау еті	54	54	54	1681	99,77	99,77	90,77
				смау еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100,86	114,31	127,76
				бұйдан нан	9	10	11	147	1,32	1,47	1,62
				сүт	12	14	16	216	2,95	3,44	3,94
				пшаз	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	300	1,75	2,10	2,45
Гарнир: арпа жармасы	100	130	150	кестрілген нан	7	8	9	147	1,03	1,18	1,32
				күрші	4	4	5	356	13,17	17,09	19,58
Сүзбеше	100	100	100	сары май	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35
				бұйлон	73	95	110	20	1,46	1,90	2,20
Жемістен кисель	200	200	200	сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				кестрілген жеміс	8	8	8	181	14,97	14,97	14,97
				қант	24	24	24	251	6,02	6,02	6,02
				картон қырмашы	10	10	10	1310	13,10	13,10	13,10
				лимон қышқылы	0,3	0,3	0,3	2300	0,69	0,69	0,69
Нан	20	35	40	бұйдан нан	20	35	40	147	4,36	4,36	4,36
Калориялы, ккал	863	973	147				472,92	502,14	526,08		

III апта
4-чү күн

Тагымның аты	Тагымдын шыгымы, г			Тагымдын нигерленетери	Брутто, г			Багасы, кг (теңге)	Багасы, 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 салынган көже	200/25	230/25	250/25	Суду жармасы	20	23	25	379	7,58	8,72	9,48
				сая	1	1	14	87	0,96	1,12	1,22
				пиыз	9	10	11	75	0,88	0,75	0,83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон	200	230	250	20	4,00	4,60	5,00
				сыды өт	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				ак калданы кырыккабат	41	55	69	80	3,28	4,40	5,52
				сая	18	24	30	87	1,57	2,09	2,61
				өсімдік майы	8	11	13	556	4,45	6,12	7,23
				балык	142	142	190	800	13,60	113,60	152,00
Балыктан жасалган котлет	75/50	75/50	100/50	пиыз	4	4	5	75	0,30	0,30	0,38
				петрушка	5	5	7	253	1,27	1,27	1,77
				ак катык негизі	50	50	50	246	12,30	12,30	12,30
				суду	55	55	55	246	13,53	13,53	13,53
				сары май	3	3	3	2225	6,68	6,68	6,68
				күндүзүчүлүктөгү бодай уюу	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41
				пиыз	2	2	2	75	0,15	0,15	0,15
				күрш жармасы	37	48	55	197	7,29	9,46	10,84
				сары май	5	7	8	548	1,74	3,84	4,38
				сорпа	73	95	110	89	6,50	8,46	9,79
Кырмадан гарниц, нисрленген күрш	100	130	150	дином	16	16	16	753	12,05	12,05	12,05
				су	214	214	214	20	4,28	4,28	4,28
				кант	24	24	24	231	6,02	6,02	6,02
Дином суусуна	200	200	200	жөңгө-жөңгө	150	150	150	488	73,20	73,20	73,20
				суусуна	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				дином нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Жөңгө	250	250	250	жөңгө-жөңгө	24	24	24	231	6,02	6,02	6,02
				суусуна	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				дином нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Сүзөшө	100	100	100	жөңгө-жөңгө	150	150	150	488	73,20	73,20	73,20
				суусуна	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				дином нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Нан	20	35	40	жөңгө-жөңгө	24	24	24	231	6,02	6,02	6,02
				суусуна	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				дином нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Катеринилык, ккэл	20	35	40	жөңгө-жөңгө	24	24	24	231	6,02	6,02	6,02
				суусуна	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				дином нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
					826	928	1024		548,25	561,53	608,58

III апта
5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығарымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кт	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 кешіге көжесі	200/25	230/25	250/25	кунерландырылган бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72	
				жұмырлық	3	3	3	90	0,27	0,27	0,27	
				йодланған 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	2275	8,90	11,13	11,13	
				бульон	189	217	236	20	3,78	4,34	4,72	
				сиыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77	
				сиыр еті	96	96	96	1681	161,38	161,38	161,38	
				оспаидік майы	8	8	8	556	4,45	4,45	4,45	
				картоп	120	120	120	89	10,68	10,68	10,68	
Рағу (сиыр етінен)	140/40	140/40	140/40	сәбіз	24	24	24	87	2,09	2,09	2,09	
				пияз	11	11	11	75	0,83	0,83	0,83	
				кунерландырылган бидай ұны	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41	
Аял балы	10	10	10	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81		
Сүт	200	200	200	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20		
Нан	20	35	40	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88		
Қалдырылғы, кккд				748	790	804		360,12	365,80	367,62		

Планга
1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығатын, г			Тағамның ширементтері	Брутто, г			Бағасы, кр (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
Балғын қырыққабаттан ши	200/25	230/25	250/25	ак көзденді 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	3	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				қызылқанды	3	3	3	544	1,63	1,63	1,63
				күндердің алынған Оңдай ұны	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бұлған	160	184	200	20	3,20	3,68	4,00
				сыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сыр еті	107	107	107	1681	179,87	179,87	179,87
				күрші 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				
қызылқанды	16	19	21	544	8,70	10,34	11,42				
ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81				
Сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20				
Нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
Калориялықтық, ккал	885	925	968		383,06	392,47	397,52				

Тарамның атауы	Тарамның шығыны, г			Тарамның нін резиденттері	Брутто, г			Бағасы, кг (түше)	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
				Сауы	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				Пияз	4	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				Қызанақ	3	3	3	544	1,63	1,63	1,63
				Бұлың	191	220	240	20	3,82	4,40	4,80
				Сыяр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				Ақ қыуанды қырыққабат	15	20	25	80	1,20	1,60	2,00
				Сәбіз	12	16	20	87	1,04	1,39	1,74
				Көк жүзә	4	5	6	75	0,30	0,38	0,45
Дәруменді салпа (2-нұсқа)	50	60	70	Дәмнен шырын үшін	16	22	27	488	7,81	10,74	13,18
				Алма	4	6	8	753	3,01	4,52	6,02
				өсімдік майы	10	13	16	556	5,56	7,23	8,90
				Сыяр еті (қолдесте арналған ет)	60	68	76	1681	100,86	114,31	127,76
				Сүт	9	10	11	147	1,32	1,47	1,62
				Өйдәй нан	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
				Қандыртқа	7	8	9	350	2,45	2,80	3,15
				Петрушка	4	5	6	253	1,01	1,27	1,52
Турама ұрпақтар (фарш котлеті)	70	70	70	Кеспірілген нін	7	8	9	147	1,03	1,18	1,32
				Арпа жармасы	36	47	55	179	6,44	8,41	9,85
				Бұлың	73	95	110	20	2,22	1,90	2,20
				Сары май	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35
				Алма мен алмаұрт	20	20	20	659	13,18	13,18	13,18
				Қант	20	20	20	251	5,02	5,02	5,02
				Вода	200	200	200	20	4,00	4,00	4,00
				Жемістер	250	250	250	488	122,00	122,00	122,00
				Нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
				Калориялыты, ккал	910	1050	1173		405,09	436,61	464,68

8

Үлгі
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның мөлшері, г			Тағамның тип рәсімдері	Брутто			Бағасы, кт	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	Ок	20	23	25	379	7,58	8,72	9,48
				сәбіз	11	13	14	37	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
				бұйыон	200	230	250	20	4,00	4,60	5,00
				смау еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				смау 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
Бұқтырылған ет (смау еті)	80	90	100	қазынак	19	21	24	544	10,34	11,42	13,06
				Бойдай ұны	6	7	8	136	0,82	0,95	1,09
				макарон	36	47	54	327	11,77	15,37	17,66
				смау май	12	16	18	2225	26,70	35,60	40,05
				сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				шай	1	1	1	2962	2,96	2,96	2,96
				кайт	1	1	1	251	3,77	3,77	3,77
				сү	15	15	15	90	13,50	13,50	13,50
				Бойдай наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
				Калориялығы, ккал	881	999	1072			658,51	718,04

Лапта
4-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шикізаты, г			Тағамның ингредиенттері	Бүртөл			Бағасы, кт (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	Құрапанындырылған Бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72
				жұмыртқа	80	92	100	89	7,12	8,15	8,90
				сүз	5	6	7	350	1,75	2,10	2,45
				қолдаған тұз	3	3	3	90	0,27	0,27	0,27
				пияз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				сары май	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				булғоң	4	5	5	2225	8,90	11,13	11,13
				сыыр сүті	189	217	237	20	3,78	4,34	4,74
				қазылаша	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				өсімдік майы	65	83	109	106	6,89	8,80	11,55
Қазылаша салпағы	49	64	83	өсімдік майы	8	11	14	556	4,45	6,12	7,78
				Бидай наньы	107	120	133	800	85,60	96,00	106,40
				сүт	15	17	19	147	2,21	2,50	2,79
				өсімдік майы	20	23	26	246	4,92	5,66	6,40
				кестірілген нан	7	8	9	147	1,03	1,18	1,32
				өсімдік майы	11	12	13	556	6,12	6,67	7,23
				күрші жармасы	37	48	55	197	7,29	9,46	10,84
				сары май	5	7	8	2225	11,13	15,58	17,80
				сорпа	73	95	110	89	6,50	8,46	9,79
				Кестірілген жемістен компот	200	200	20	кестірілген алма	15	15	15
қант	200	200	200					251	5,02	5,02	5,02
Жемістер	250	250	250	вола	200	200	200	20	4,00	4,00	4,00
				жеміс-жидектер	250	250	250	576	144,00	144,00	144,00
Нап	20	35	40	өйдий наньы	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
				Калориялыты, кккал	751	843	945		414,86	445,90	469,94

IV алпта
5-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығатыны, г			Тағамның нәтижелілігі	Бүткіл			Бағасы, кг	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
Борш	200/25	230/25	250/25	қызылша	30	35	38	106	3,18	3,71	4,03
				дк көуленді қырыққабд.	23	26	26	80	1,84	2,52	2,24
				қазынақ пістасы	5	6	7	601	3,01	3,61	4,21
				петрушка	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87
				пияз	2	2	2	253	0,51	0,51	0,51
				қолданған тұз	7	8	9	75	0,53	0,60	0,68
				содық майы	1,5	2	2	42	0,06	0,08	0,08
				шөкер	3	3	3	556	1,67	1,67	1,67
				буықон	1,5	2	3	251	0,38	0,50	0,75
				сыыр еті	120	138	150	20	2,40	2,76	3,00
				тауық еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				пияз	165	186	208	568	93,72	105,65	118,14
				3	3	3	75	0,23	0,23	0,23	
48	62	71	401	19,25	24,86	28,47					
Арпир: бағырап піскен қарақұмық	100	130	150	арпа майы	4	5	6	2225	8,90	11,13	13,35
Арпа балы	10	10	10	Арпа балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Арпаң	200	200	200	Арпаң	200	200	200	280	56,00	56,00	56,00
Сүзбеше	100	100	100	Сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Наң	20	35	40	Наң	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Қалориялыты, ккал					742	867	925		472,20	495,68	516,16

446,75

462,82

484,10