

"Бекітемін"

Ә. Жангелдин атындағы

орта мектеп директоры:

Султанова А.А.



" 2 " Қыркүйек 2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г			Сумма, тг			Тағамның бағасы, тг		
	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	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Қызылша салаты	50	60	70	қызылша	350,00	70	80	90	24,50	28,00	31,50	33,30	37,40	41,50
				Қант	600,00	2	3	4	1,20	1,80	2,40			
				зәйтун майы	3800,00	2	2	2	7,60	7,60	7,60			
Палау (сыыр еті)	200	230	250	сыыр еті	3800,00	100	100	100	380,00	380,00	380,00	420,05	428,50	433,85
				күріш	500,00	51	61	68	25,50	30,50	34,00			
				өсімдік майы	1100,00	8	10	11	8,80	11,00	12,10			
				пияз	250,00	9	11	12	2,25	2,75	3,00			
				сәбіз	250,00	14	17	19	3,50	4,25	4,75			
Шырын	150	150	150	Шырын	800,00	150	150	150	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	419,00	20	35	40	8,38	14,67	16,76	8,38	14,67	16,76
Калориясы, ккал														
<b>Жалпы рацион бағасы</b>											<b>581,73</b>	<b>600,57</b>	<b>612,11</b>	
<b>12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы</b>											<b>651,54</b>	<b>672,64</b>	<b>685,56</b>	

Асхана аспазы: Райсар, Райсагадиева Г.

Диетолог: Ғн, Мусабба С.А.

"Бекітемін"

Ә. Жангелдин атындағы  
орта мектеп директоры:

Султанова А.А.



2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г			Сумма, тг			Тағамның бағасы, тг		
	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	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Күркетауық филесі томат тұздығымен	60/20	80/20	90/20	Күркетауық филесі	4100,00	93	97	105	381,00	397,70	430,50	476,75	515,57	566,92
				Томат пастасы	1200,00	15	18	20	18,00	21,60	24,00			
				Пияз	250,00	20	23	25	5,00	5,75	6,25			
				Сәбіз	250,00	24	26	28	6,00	6,50	7,00			
				Бидай ұны	465,00	5	6	11	2,33	2,79	5,12			
				Өсімдік майы	4275,00	15	19	22	64,13	81,23	94,05			
Гарнир: макарон	100	130	150	Макарон	635,00	50	60	70	31,75	38,10	44,45	74,50	89,40	108,58
				Сары май	4275,00	10	12	15	42,75	51,30	64,13			
				Тұз	100,00	1	1	1	0,1	0,1	0,10			
Кептірілген жемістерден жасалған компот "С" дәруменімен	200	200	200	Кептірілген жемістер	1310,00	20	20	20	20,00	20,00	20,00	33,60	33,60	33,60
				Қант	600,00	20	20	20	13,00	13,00	13,00			
				"С" дәрумені	12000,00	0,07	0,07	0,07	0,60	0,60	0,60			
Алма	150	150	150	Алма	700,00	150	150	150	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	419,00	20	35	40	8,38	14,67	16,76	8,38	14,67	16,76
Калориясы, ккал														
<b>Жалпы рацион бағасы</b>											<b>698,23</b>	<b>758,24</b>	<b>830,86</b>	
<b>12% ККС қосқанда рационның жалпы бағасы</b>											<b>782,02</b>	<b>849,23</b>	<b>930,56</b>	

Асхана аспазы: Рабаф Раисовалыева.Ж.

Диетолог: Ж. Мусаева Н.Д.



"Бекітемін"

Ә. Жангелдин атындағы

орта мектеп директоры:

Султанова А.А.

"4" қыркүйек 2024 ж.



Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г			Сумма, тг			Тағамның бағасы, тг		
	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	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет бұқтырмасы (сныр еті)	200	230	250	Сныр еті	3800,00	100	100	100	180,00	380,00	380,00	436,95	438,15	439,60
				Орамжапырақ	350,00	24	26	28	8,40	9,10	9,80			
				Өсімдік майы	1100,00	8	8	8	8,80	8,80	8,80			
				Картоп	250,00	120	120	120	30,00	30,00	30,00			
				Сәбіз	250,00	24	24	24	6,00	6,00	6,00			
				Пияз	250,00	15	17	20	3,75	4,25	5,00			
Кисель "С" дәруменімен	200	200	200	Кисель концентраты	1100,00	24	24	24	26,40	26,40	26,40	33,24	33,24	33,24
				Қант	600,00	10	10	10	6,00	6,00	6,00			
				Су	0,00	190	190	190	0,00	0,00	0,00			
				"С" дәрумені	12000,00	0,07	0,07	0,07	0,84	0,84	0,84			
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	419,00	20	35	40	8,38	14,67	16,76	8,38	14,67	16,76
Калориясы, ккал														
Жалпы рацион бағасы											478,57	486,06	489,60	
12% КҚС қосқанда рационның жалпы бағасы											536	544,39	548,35	

Асхана аясызы: Райса Райсаханова

Диетолог: Мусалбаева Н.А.

"Бекітемін"

Ә. Жангелдин атындағы

орта мектеп директоры:

Султанова А.А.



5 "қыркүйек" 2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г			Сумма, тг			Тағамның бағасы, тг		
	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	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық етінен котлеттер	60	70	80	Тауық филесы	2700,00	90	100	110	243,00	270,00	297,00	333,42	367,32	402,85
				Бидай наны	424,00	13	14	16	5,51	5,94	6,78			
				Пияз	250,00	20	23	25	5,00	5,75	6,25			
				Сүт	500,00	18	21	24	9,00	10,50	12,00			
				Нан үгінділері	660,00	8	9	10	5,28	5,94	6,60			
				Өсімдік майы	1100,00	5	6	7	5,50	6,60	7,70			
Тұздық	15	15	15	Сары май	4275,00	8	8	8	34,20	34,20	34,20	42,60	51,88	59,65
				Сәбіз	400,00	24	26	28	9,60	10,40	11,20			
				Пияз	400,00	20	23	25	8,00	9,20	10,00			
				Бидай ұны	465,00	5	6	11	2,33	2,79	5,12			
				Томат пастасы	1200,00	5	5	5	6,0	6,0	6,00			
Гарнир: күріш	100	130	150	Күріш	500,00	51	61	68	25,50	30,50	34,00	33,60	33,60	33,60
				Сары май	4275,00	4	5	6	17,10	21,38	25,65			
Кептірілген жемістерден жасалған компот "С" дәруменімен	200	200	200	Кептірілген жемістер	1310,00	20	20	20	20,00	20,00	20,00			
				Қант	600,00	20	20	20	13,00	13,00	13,00			
				"С" дәрумені	12000,00	0,07	0,07	0,07	0,60	0,60	0,60			
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	419,00	20	35	40	8,38	14,67	16,76	8,38	14,67	16,76
Калориясы, ккал														
Жалпы рацион бағасы											418,00	467,47	512,86	
12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы											468,16	523,57	574,4	

Асхана аспазы: Райоф, Райсалаева Д.

Диетолог: Жу, Мухомова Н.А.





"Бекітемін"  
 Ө. Жаңгелдин атындағы  
 орта мектеп директоры:  
 Султанова А.А.  
 " 6 " Қаркүйек 2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 5-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г			Сумма, тг			Тағамның бағасы, тг		
	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	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Кеспе сорпасы	200	200	220	Сыр еті	3800,00	90	100	105	342,00	380,00	399,00	402,00	461,60	489,00
				Сәбіз	250,00	6	20	9	1,50	5,00	2,25			
				Пияз	250,00	6	8	9	1,50	2,00	2,25			
				Өсімдік майы	1100,00	6	8	9	6,60	8,80	9,90			
				Кеспе	1400,00	36	47	54	50,40	65,80	75,60			
Запеканка	60	70	80	Сүзбе	870,00	60	70	80	52,20	60,90	69,60	101,90	320,30	320,30
				Қант	600,00	10	10	10	6,00	6,00	6,00			
				Ванилин	3000,00	1	1	1	3,00	3,00	3,00			
				Жұмыртқа	60,00	25	25	25	1,50	1,50	1,50			
				Сары май	4275,00	8	9	10	34,20	8,48	42,75			
				Ұнтақ жарма	500,00	10	12	15	5,0	6,0	7,50			
Лимон қосылған тәтті шәй	200	200	200	Шәй	4700,00	6	6	6	28,20	28,20	28,20	54,60	54,60	54,60
				Қант	600,00	20	20	20	12,00	12,00	12,00			
				Лимон	1800,00	8	8	8	14,40	14,40	14,40			
Қара бидай наны	20	35	40	Қара бидай наны	419,00	20	35	40	8,38	14,67	16,76	8,38	14,67	16,76
Калориясы, ккал														
Жалпы рацион бағасы											566,88	851,17	880,66	
12% КҚС қосқанда рационның жалпы бағасы											634,91	953,31	986,34	

Асхана аспазы: Раваф, Райсәл әлембе. Жа.

Диетолог: Ур, Мұсаев. А.А.