

Ыстық тамақтың 4 апталық ас мәзірі (қыс-көктем)
білім алушылар мен бастауыш сынып оқушыларының
жекелеген санаттары үшін 2025 жылға арналған
«Тайынша қаласы № 1 орта мектебі» КММ

1 апта
Дүйсенбі

Тағам атауы	Азық түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтті ботқа	150	200	200	522,55	Бидай жармасы	0,0500	0,0650	0,0650	240,00	280,00	280,00
				437,37	Сүт	0,1300	0,1800	0,1800			
				0,00	Су	0,0480	0,0640	0,0645			
				454,08	Қант	0,0050	0,0050	0,0050			
				4207,76	Сары май	0,0100	0,0120	0,0150			
Қайнатылған жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	490,00	Жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	70,00	70,00	140,00
Шай қантпен	200	200	200	5066,00	Қара шай, байхашайы	0,0020	0,0020	0,0020	70,00	70,00	70,00
				0,00	Су	0,0020	0,0020	0,0020			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай-бидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									395,00	445,00	517,00

Сейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық сорпасы	80	100	100	1572,81	Құс еті	0,1310	0,1450	0,1450	280	300	300
				711,46	Өсімдік майы	0,0100	0,0150	0,0150			
				522,55	Күріш	0,0104	0,0130	0,0130			

				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0064	0,0080	0,0080			
				400,93	Пияз	0,0136	0,0170	0,0170			
				437,37	Сүт	0,0100	0,0100	0,0100			
Қаймақ соусы	20	25	25	1547,00	Қаймақ	0,0200	0,0250	0,0250	50,00	60,00	60,00
				4207,46	Сары май	0,0010	0,0010	0,0010			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0010	0,0010	0,0010			
Гарнир: картоп пюресі	100	150	150	151,65	Картоп	0,1152	0,1728	0,1728	200,00	300,00	300,00
				437,37	Сүт	0,0300	0,0400	0,0400			
				4207,46	Сары май	0,0100	0,0150	0,0150			
Табиғи шырын	200	200	200	536,76	Табиғи шырын	0,2000	0,2000	0,2000	150,00	150,00	150,00
Нан	20	35	40	654,60	Қарабидай-бидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									695,00	835,00	837,00

Сәрсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз салат өсімдік майы қосылған	60	100	100	400,93	Сәбіз	0,0654	0,1090	0,1090	200,00	250,00	250,00
				1055,42	Жүзім	0,0100	0,0150	0,0150			
				454,08	Қант	0,0060	0,0100	0,0100			
				711,46	Сары май	0,0100	0,0120	0,0120			
Сыыр еті қосылған палау	150	200	200	2554,79	Сыыр еті	0,1310	0,1550	0,1550	450,00	540,00	540,00
				522,55	Күріш жармасы	0,0600	0,0690	0,0690			
				711,46	Сары май	0,0150	0,0170	0,0170			

				400,93	Пияз	0,0150	0,02 00	0,02 00			
				400,93	Сәбіз	0,020	0,02 300	0,02 30			
Шай лимонмен	200	200	200	5066,00	Қара шай, байха	0,0020	0,00 20	0,00 20	120,00	120,0 0	120, 00
				0,00	Су	0,2000	0,20 00	0,20 00			
				454,08	Қант	0,0070	0,00 70	0,00 70			
				918,92	Лимон	0,0100	0,01 00	0,01 00			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабида й-бидай наны	0,0200	0.03 50	0.04 00	15,00	25,00	27,0 0
Рационды тамақтанудың бағасы									785,00	935,0 0	937, 00

Бейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Баға сы, тг	Тағам ингред инттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)- 10жа с	11- 14 жас	15- 18 жас			6(7)- 10жас	11- 14 жас	15- 18 жас	6(7)- 10жас	11-14 жас	15- 18 жас
Еттен жасалған котлет- тер,негізгі қызыл соус	80\20	100\ 25	100\ 25	2554,79	Сиыр еті	0,1200	0,14 50	0,14 50	350,00	400,0 0	400, 00
				159,10	Бидай наны	0,0152	0,01 90	0,01 90			
				437,37	Сүт	0,0192	0,02 40	0,02 40			
				1055,42	Қатқан нан	0,0080	0,01 00	0,01 00			
				711,46	Сары май	0,0046	0,00 58	0,00 58			
				711,46	Сары май	0,0004	0,00 05	0,00 05			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0010	0,00 10	0,00 10			
				1450,00	Томат пюресі	0,0020	0,00 20	0,00 20			
				400,93	Сәбіз	0,0020	0,00 20	0,00 20			
				400,93	Пияз	0,0050	0,00 60	0,00 60			
				454,08	Қант	0,0001	0,00 01	0,00 1			

Қайнатылған макарон гарнирі	100	150	150	522,55	Макароны	0,0400	0,0600	0,0600	140	250,00	250,00
				4207,46	Масло сливочное	0,0050	0,0100	0,0100			
Кисель	200	200	200	1335,51	Кисель	0,0240	0,0240	0,240	150,00	150	150
				918,92	Балғын жемістер	0,0150	0,0150	0,0150			
				454,08	Қант	0,0100	0,0100	0,0100			
				1506,98	Лимон қышқылы	0,0010	0,0010	0,0010			
				0,00	Су	0,1900	0,1900	0,1900			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									655,00	825,00	827,00

Жұма

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас			6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас
Көкөністерден жасалған сорпа	200	250	250	333,00	Ұн ж\с	0,0020	0,0025	0,0025	280	300	300
				151,65	Картоп	0,0400	0,0650	0,0650			
				400,93	Қырық қабат	0,0500	0,0625	0,0625			
				400,93	Сәбіз	0,0100	0,0125	0,0125			
				400,93	Пияз	0,0100	0,0120	0,0120			
				1572,81	Құс еті	0,0840	0,1020	0,1020			
				711,46	Өсімдік майы	0,0040	0,0050	0,0050			
				400,93	Қызылша	0,0100	0,0120	0,0120			
				400,93	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,0050			
Сүзбе қосылған нан өнімдері	50	50	100	333,00	Бидай ұны ж\с	0,0300	0,0300	0,0600			
				333,00	Бидай ж\с (ұн себу)	0,0020	0,0020	0,0040			
				454,08	Қант	0,0040	0,0040	0,0080			

				4207,46	Сары май	0,0120	0,01 20	0,02 40	150,00	150,0 0	300, 00
				490,00	Меланж немесе жұмыртқа	0,0050	0,00 50	0,01 00			
				437,37	Сүт	0,0300	0,04 00	0,08 00			
				1676,46	Сүзбе	0,0350	0,03 50	0,07 00			
				6822,00	Ашытқып рессі	0,0010	0,00 10	0,00 20			
				490,00	Меланж\ немесе жұмыртқа (жағы үшін)	0,0010	0,00 10	0,00 20			
Жемістер	120	120	150	918,92	Яблоко	0,1200	0,12 00	0,15 00	120,00	120,0 0	135, 00
Шай сүтімен	200	200	200	5066,00	Байха, Қара шайы	0,0020	0,00 20	0,00 20	90,00	90,00	90,0 0
				0,00	Су	0,1500	0,15 00	0,15 00			
				437,37	Сүт	0,0800	0,10 00	0,10 00			
				454,08	Қант	0,0070	0,00 70	0,00 70			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабида й наны	0,0200	0,03 50	0,04 00	15,00	25,00	27,0 0
Рационды тамақтанудың бағасы									655,00	685,0 0	852, 00
Түскі астың орта- ша бағасы									637	745	794

2 апта
Дүйсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
						6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Бидай жарма сынан сүт ботқасы	150	200	200	522,55	Бидай жармасы	0,0300	0,0400	0,0400	220,00	240,00	240,00
				437,37	Сүт	0,1300	0,0180	0,1800			
				0,00	Су	0,0480	0,0645	0,0645			
				454,08	Қант	0,0050	0,0050	0,0050			
				4207,46	Сары май	0,0050	0,0100	0,0100			
Бал піспеканы	40	40	80	333,00	Бидай ұны ж\с	0,0420	0,0420	0,0840	130,00	130,00	260,00
				333,00	Бидай ұны ж\с (ұн себу)	0,0040	0,0040	0,0080			
				3640,17	Әсел	0,0350	0,0350	0,0700			
				4207,46	Масло сливочное	0,0120	0,0120	0,0240			
				490,00	Меланж или яйцо	0,0020	0,0020	0,0040			
				437,37	Молоко	0,0300	0,0400	0,0800			
				490,00	Меланж\ немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0,0010	0,0010	0,0020			
Шай қантпен және лимонмен	200	200	200	5066,00	Байха, қара шайы	0,0020	0,0020	0,0020	120,00	120,00	120,00
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
				918,92	Лимон	0,0100	0,0100	0,0100			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	5066,00	Байха, қара шайы	0,0020	0,0020	0,0020

Рационды тамақтанудың бағасы

485,00

515,0
0

647,
00

Сейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Баға-сы, тг	Тағам ингре-динт-тері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Ақ түсті қырық-қабат өсімдік майы қосылған	60	100	100	400,93	Ақ түсті қырыққабат	0,0594	0,0990	0,0990	200,0	250,00	250,00
				400,93	Сәбіз	0,0066	0,0110	0,0110			
				400,93	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,0050			
				918,92	Алма	0,0150	0,0200	0,0200			
				454,08	Қант	0,0036	0,0060	0,0060			
				711,46	Өсімдік майы	0,0036	0,0060	0,0060			
Етті тефтели,негізгі қызыл соуспен	80/20	100/25	100/25	2554,79	Сиыр еті	0,1200	0,1450	0,1450	320,00	360,00	400
				172,55	Бидай наны	0,0112	0,0140	0,0140			
				437,37	Сүт	0,0160	0,0200	0,0200			
				400,93	Пияз	0,0320	0,0400	0,0400			
				711,46	Өсімдік майы	0,0093	0,0116	0,0116			
				159,10	Бидай ұны	0,0046	0,0058	0,0058			
				711,46	Өсімдік майы	0,0004	0,0005	0,0005			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0010	0,0010	0,0010			
				1450,00	Томат пюресі	0,0020	0,0020	0,0020			
				400,93	Сәбіз	0,0020	0,0020	0,0020			
				400,93	Пияз	0,0005	0,0006	0,0006			
				454,08	Қант	0,0001	0,0001	0,0001			

Қайнатылған макарондар, гарнирмен	100	150	150	522,55	Макарондар	0,0400	0,0600	0,0600	140,00	250,00	250,00
				4207,46	Өсімдік майы	0,0050	0,0100	0,0100			
Кептірілген жемістердең компот	200	200	200	1022,42	Кептірілген өрік	0,0150	0,0150	0,0150	150,00	150,00	150,00
				1055,42	Кептірілген жемістер	0,0100	0,0100	0,0100			
				454,08	Қант	0,0100	0,0100	0,0100			
				1506,98	Лимон қышқылы	0,0010	0,0010	0,0010			
				0,00	Су	0,1900	0,1900	0,1900			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									825,00	1035,00	1077,00

Сәрсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас			6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас
Көкөністермен бұқтырылған ет	80	100	100	2554,79	Сыр ет3	0,1450	0,1750	0,1750	390,00	400,00	400,00
				711,46	Өсімдік майы	0,0040	0,0050	0,0050			
				400,93	Сәбіз	0,0040	0,0050	0,0050			
				1450,00	Томат пастасы	0,0040	0,0050	0,0050			
				400,93	Пияз	0,0040	0,0050	0,0050			
				400,93	Балғын жасыл шөп	0,0024	0,0030	0,0030			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0032	0,0040	0,0040			
Бидай жармасы гарнирі	100	150	150	255,55	Греяка жармасы	0,0500	0,0750	0,0750	135,00	200,00	200,00
				4207,46	Сары май	0,0050	0,0100	0,0100			

Шай қантпен	200	200	200	5066,00	Байха, қара шайы	0,00 20	0,0020	0,002 0	70,00	70,0	70,0
				0,00	Су	0,20 00	0,2000	0,200 0			
				454,08	Қант	0,00 70	0,0070	0,007 0			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабида наны	0,020 0	0,0350	0,040 0	15,00	25,0	27,0
Рационды тамақтанудың бағасы									610,00	695,0 0	697, 00

Бейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	80	100	100	1674,77	Минтай	0,1250	0,1450	0,1450	285,00	350,00	350,00
				172,55	Бидай наны	0,0160	0,0200	0,0200			
				437,37	Сүт	0,0232	0,0290	0,0290			
				1055,42	Кепкен нан	0,0080	0,0100	0,0100			
Қаймақ соусы	20	25	25	1547,00	Қаймақ	0,0200	0,0250	0,0250	50,00	60,00	60,00
				4207,46	Сары май	0,0010	0,0010	0,0010			
				333,33	Бидай ұны ж/с	0,0010	0,0010	0,0010			
Гарнир Картоп пюресі	100	150	150	151,65	Картоп	0,1152	0,1728	0,1728	200,00	300,00	300,00
				437,37	Сүт	0,0220	0,0280	0,0280			
				4207,46	Сары май	0,0100	0,0150	0,0150			
Жеміс-жидектен жасалған сусындар	200 20	200 35	200 40	918,92	Балғын жемістер	0,0300	0,0300	0,0300	120,00	120,00	120,00
				918,92	Жидектер	0,0100	0,0100	0,0100			
				454,08	Қант	0,0100	0,0100	0,0100			
				1506,98	Лимо қышқылы	0,0010	0,0010	0,0010			
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
Хлеб	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00

Рационды тамақтанудың бағасы							670,00	855,00	857,00
------------------------------	--	--	--	--	--	--	--------	--------	--------

Жұма

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспесі-сорпа	200	250	250	522,55	Кеспе	0,0520	0,0650	0,0680	280,00	300,00	300
				1572,81	Құс еті	0,0840	0,1020	0,1020			
				151,65	Картоп	0,0300	0,0400	0,0450			
				400,93	Сәбіз	0,0100	0,0130	0,0150			
				400,93	Пияз	0,0100	0,0130	0,0150			
				400,93	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,0050			
				711,46	Өсімдік майы	0,0080	0,0100	0,0120			
Қатты ірімшік	20	20	35	5077,63	Қатты ірімшік	0,0200	0,0200	0,0350	90,00	90,00	140,00
Жемістер	120	120	150	918,92	Алма	0,1200	0,1200	0,1500	120,00	120,00	135,00
Сүтті шай	200	200	200	5066,00	Байха,қара шай	0,0020	0,0020	0,0020	90,00	90,00	90,00
				0,00	Су	0,1500	0,1500	0,1500			
				437,37	Сүт	0,0500	0,0500	0,0500			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									595,00	625,00	692,00
Түскі астың орташа бағасы									637,00	745,00	794,00

Запта

Дүйсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүтті күріш ботқасы	150	200	200	522,55	Күріш жармасы	0,0500	0,0650	0,0650	240,00	280,00	280,00
				437,37	Сүт	0,1300	0,1800	0,1800			
				0,00	Су	0,0500	0,0665	0,0665			
				454,08	Қант	0,0050	0,0060	0,0060			
				4207,46	Сары май	0,0100	0,0120	0,0150			
Қайнатылған жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	490,00	Жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	120,00	120,00	120,00
				5066,00	Байқа,қарашайы	0,0020	0,0020	0,0020			
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Шай лимонмен	200	200	200	918,92	Лимон	0,0100	0,0100	0,0100			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									445,00	495,00	567,00

Сейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Етті котлет, Негізгі қызыл соуспен	80/20 100	100/ 25 150	100/ 25 150	2554,79	Сыр еті	0,1200	0,1450	0,1450	350,00	400,00	400,00
				172,55	Бидай наны	0,0152	0,0190	0,0190			
				437,37	Сүт	0,0192	0,0240	0,0240			
				1055,00	Кепкен нан	0,0080	0,0100	0,0100			
				711,46	Өсімдік майы	0,0046	0,0058	0,0058			
				711,46	Өсімдік	0,0046	0,0058	0,0058			

					майы	0	0	0			
				333,00	Бидай ұны ж\с	0,001 0	0,001 0	0,001 0			
				1450,0 0	Томат пюресі	0,002 0	0,002 0	0,002 0			
				400,93	Сәбіз	0,002 0	0,002 0	0,002 0			
				400,93	Пияз	0,005 0	0,006 0	0,006 0			
				454,08	Қант	0,001 0	0,001 0	0,001 0			
Гарнир: пісірілген күріш	100	150	150	522,55	Күріш	0,038 3	0,060 0	0,060 0	135,00	200,0 0	200, 00
Кисель жеміс- жидекті	200	200	200	4207,4 6	Сары май	0,005 0	0,010 0	0,010 0	150,00	150,0 0	150, 00
				1335,5 1	Кисель	0,024 0	0,024 0	0,024 0			
				454,08	Қант	0,010 0	0,010 0	0,010 0			
				918,92	Балғын жемістер	0,015 0	0,015 0	0,015 0			
				1506,9 8	Лимон қышқылы	0,000 1	0,000 1	0,001 0			
				0,00	Су	0,190 0	0,190 0	0,190 0			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,020 0	0,035 0	0,040 0	15,00	25,00	27,0 0
Рационды тамақтанудың бағасы									650,00	775,0 0	777, 00

Сәрсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз салат өсімдік майымен араласқа	60	100	100	400,93	Сәбіз	0,065 4	0,109 0	0,109 0	200, 00	250,0 0	250, 00
	150	200	200	400,93	Жүзім	0,010 0	0,015 0	0,015 0			
				454,08	Қант	0,006 0	0,010 0	0,100 0			

н				711,46	Өсімдік майы	0,0036	0,0060	0,0060			
				2554,79	Сиыр еті	0,1310	0,1550	0,1550			
Үй жағдайында жасалған сиыр етінен қуырдақ	150	200	200	151,65	Картоп	0,1500	0,1900	0,1900	450,00	540,00	540,00
				400,93	Пияз	0,0200	0,0250	0,0250			
				400,93	Сәбіз	0,0250	0,0300	0,0300			
				918,92	Балғын қызанақ	0,0150	0,0200	0,0200			
				711,46	Өсімдік майы	0,0100	0,0150	0,0150			
Шай қантпен	200	200	200	5066,00	Байха, қарашайы	0,0020	0,0020	0,0020	70,00	70,00	70,00
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидайнаны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									735,00	885,00	887,00

Бейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық тефтелиі	80	100	100	1674,77	Балық с/м	0,1250	0,1450	0,1450	285,00	350,00	350,00
				711,46	Өсімдік майы	0,0100	0,0150	0,0150			
				522,55	Күріш	0,0104	0,0130	0,0130			
				333,00	Бидай ұны ж/с	0,0064	0,0080	0,0080			
				400,93	Пияз	0,0136	0,0170	0,0170			

Қаймақ соусы	20	25	25	437,37	Сүт	0,010 0	0,010 0	0,010 0	50,00	60,00	60,00
				1547,00	Қаймақ	0,020 0	0,025 0	0,025 0			
				4207,46	Сары май	0,001 0	0,001 0	0,001 0			
Гарнир картоп пюресі	100	150	150	333,00	Бидай ұны ж\с	0,001 0	0,001 0	0,001 0	200,00	300,00	300,00
				151,65	Картоп	0,115 2	0,172 8	0,172 8			
				437,37	Сүт	0,022 0	0,028 0	0,028 0			
				4207,46	Сары май	0,010 0	0,015 0	0,015 0			
Кепкен жемістерден компот	200	200	200	1022,42	Кепкен өрік	0,015 0	0,015 0	0,015 0	150,00	150,00	150,00
				1055,42	Кепкен жемістер	0,010 0	0,010 0	0,010 0			
				454,08	Қант	0,010 0	0,010 0	0,010 0			
				1506,98	Лимон қышқылы	0,001 0	0,001 0	0,001 0			
				0,00	Су	0,1900	0,1900	0,1900			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									700,00	885,00	887,00

Жұма

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бақша дақылдарымен картоп сорпасы	200	250	250	151,65	Картоп	0,0400	0,0650	0,0650	280,00	300,00	300,00
				400,93	Балғын қырыққабат	0,0500	0,0625	0,0625			
				400,93	Сәбіз	0,0100	0,0125	0,0125			
				400,93	Пияз	0,0096	0,0120	0,0120			
				1572,81	Құс еті	0,0840	0,1020	0,1020			
				711,46	Өсімдік майы	0,0040	0,0050	0,0050			
				918,92	Балғын қызынақ	0,0056	0,0070	0,0070			
				400,9	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,0050			

				3				0			
				333,0 0	Бидай ұны ж\с	0,0020	0,0025	0,005 0			
Сүзбе қосып пісіру	50	50	100	333,0 0	Бидай ұны ж\с	0,0300	0,0300	0,002 5	150,00	150,00	300, 00
				333,0 0	Бидай ұны ж\с (себуге)	0,0020	0,0020	0,060 0			
				454,0 8	Қант	0,0040	0,0040	0,004 0			
				4207, 46	Сары май	0,0120	0,0120	0,008 0			
				490,0 0	Меланж немесе жұмыртқа	0,0050	0,0050	0,024 0			
				437,3 7	Сүт	0,0090	0,0090	0,010 0			
				1676, 46	Сүзбе	0,0350	0,0350	0,018 0			
				6822, 00	Прессті ашытқы	0,0010	0,0010	0,070 0			
				490,0 0	Меланж немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0,0010	0,0010	0,002 0			
Сүтпен шай	200	200	200	5066, 00	Байха, қара шай	0,0020	0,0020	0,002 0	90,00	90,00	90,0 0
				0,00	Су	0,1500	0,1500	0,020			
				437,3 7	Сүт	0,0500	0,0500	0,150 0			
				454,0 8	Қант	0,0070	0,0070	0,007 0			
Жеміс	120	120	150	918,9 2	Алма	0,1200	0,1200	0,050 0	120,00	120,00	135, 00
Нан	20	35	40	654,5 9	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,040 0	15,00	25,00	27,0 0
Рационды тамақтанудың бағасы									655,00	685,00	852, 00
Түскі тамақ- тың орташа бағасы									637,00	745,00	794, 00

4апта

Дүйсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Баға-сы, тг	Тағам ингре-дент-тері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Макарондар сырмен	150	200	200	522,5	Макарондар	0,060	0,0800	0,0800	240,00	275,00	275,00
				4207,46	Сары май	0,0050	0,0050	0,0050			
				5077,63	Қатты сыр	0,0200	0,0250	0,0250			
Бал қосылған пісірімдер	40	40	80	333,00	Бидай ұны ж\с	0,0420	0,0420	0,0840	130,00	130,00	130,00
				333,00	Бидай ұны ж\с (себуге)	0,0040	0,0040	0,0080			
				3640,17	Әсел	0,0350	0,0350	0,0700			
				4207,46	Сары май	0,0120	0,0120	0,0240			
				490,00	Меланж немесе жұмыртқа	0,0020	0,0020	0,0040			
				437,37	Сүт	0,0080	0,0080	0,0160			
				490,00	Меланж немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0,0010	0,0010	0,0020			
Шай сүтпенен	200	200	200	5066,00	Байқа,қара шай	0,0020	0,0020	0,0020	90,00	90,00	90,00
				0,00	Су	0,1500	0,1500	0,1500			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
				437,37	Сүт	0,0500	0,0500	0,0500			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									475,00	520,00	652,00

Сейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет шарлары, негізгі қызыл соус Жарма гарнирі	80/20 100	100/25 150	100/25 150	2554,79	Сыыр еті	0,1200	0,1450	0,1450	350,00 135,00	400,00 200,00	400,00 200,00
				172,55	Бидай наны	0,0152	0,0190	0,0190			
				437,37	Сүт	0,0192	0,0240	0,0240			
				1047,96	Кепкен	0,0080	0,0100	0,0100			
				711,46	Өсімдік майы	0,0046	0,0058	0,0058			
				711,46	Өсімдік майы	0,0040	0,0050	0,0050			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0010	0,0010	0,0010			
				1450,00	Томат пастасы	0,0020	0,0020	0,0020			
				400,93	Сәбіз	0,0020	0,0020	0,0020			
				400,93	Пияз	0,0050	0,0060	0,0060			
				454,08	Қант	0,0010	0,0010	0,0010			
				522,55	Гречка	0,0330	0,0490	0,0490			
				4207,46	Сары	0,0050	0,0100	0,0100			
				1335,51	Кисель	0,0240	0,0240	0,0240			
Кисель жеміс-жидектен	200	200	200	454,08	Қант	0,0100	0,0100	0,0100	150,00	150,00	150,00
				918,92	Балғын жеміс	0,0150	0,0150	0,0150			
				1506,98	Лимон қышқылы	0,0001	0,0001	0,0001			
				0,00	Су	0,1900	0,1900	0,1900			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабид ай наны	0,0200	0,0350	0,0350	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									650,00	775,00	777,00

Сәрсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Ақ түсті қырыққабат салаты өсімдік майымен араластырған	60	100	100	400,93	Ақ түсті қырыққабат	0,0594	0,0990	0,001			
				400,93	Сәбіз	0,0066	0,0110	0,1900			
				400,93	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,400			
				918,92	Алма	0,0150	0,0200	0,0200			
				454,08	Қант	0,0036	0,0060	0,0060			
				711,46	Өсімдік майы	0,0036	0,0060	0,0060			
Сиыр еті қосылған палау	150	200	200	2554,79	Сиыр еті	0,1310	0,1550	0,1550			
				522,55	Күріш жармасы	0,0600	0,0690	0,6900			
				711,46	Өсімдік майы	0,0150	0,0170	0,0170			
				400,93	Пияз	0,0150	0,0200	0,0200			
				400,93	Сәбіз	0,0200	0,0230	0,0230			
Шай лимонмен	200	200	200	5066,00	Байха,қара шай	0,0020	0,0020	0,0020	120,00	120,00	120,00
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
				918,92	Лимон	0,0100	0,0100	0,0100			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,0	25	27
Рационды тамақтанудың бағасы									785,00	935,00	937,00

Бейсенбі

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі,гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы,кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас			6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас	6(7)-10жас	11-14 жас	15-18 жас
Балық котлеті	80	100	100	1674,77	Балықс/м	0,1250	0,1450	0,1450			
				711,46	Өсімдік майы	0,0064	0,0080	0,0080			

				172,55	Бидай наны	0,0104	0,0130	0,0130			
				437,37	Сүт	0,0160	0,0200	0,0200			
				159,10	Бидай ұны	0,0064	0,0080	0,0080			
				400,93	Өсімдік майы	0,0040	0,0050	0,0050			
Қаймақ соусі	20	25	25	1547,00	Қаймақ	0,0200	0,0250	0,0250			
				4207,46	Сары май	0,0010	0,0010	0,0010			
				333,33	Бидай ұны ж\с	0,0010	0,0010	0,0010			
Гарнир картоп пюресі	100 200	150 200	150 200	151,65	Картоп	0,1152	0,1728	0,1728			
				437,37	Сүт	0,0220	0,0280	0,0280			
				4207,46	Сары май	0,0100	0,0150	0,0150			
Компот кепкен жеміс-жидектерден				1022,42	Кепкен өрік	0,0150	0,0150	0,0150			
				1055,42	Кепкен жемістер	0,0100	0,0100	0,0100			
				454,08	Қант	0,0100	0,0100	0,0100			
				1506,98	Лимон қышқылы	0,0010	0,0010	0,0010			
				0,00	Су	0,1900	0,1900	0,1900			
Хлеб	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
Рационды тамақтанудың бағасы									700,00	885,00	887,00

Жұма

Тағамның атауы	Азық-түлік өнімі, гр			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	Брутто салмағы, кг			Тағамның бағасы		
	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас			6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас	6(7)-10жас	11-14жас	15-18жас
Сорпа – үй кеспесі	200\2	25\3	250\30	522,55	Макарондап(кеспе)	0,0520	0,0650	0,0650	280,00	300,00	300,00
	520	025	40	1572,81	Құс еті	0,0840	0,1020	0,1020			
				151,65	Картоп	0,0380	0,0500	0,0500			
				400,93	Сәбіз	0,0100	0,0130	0,0150			
				400,93	Пияз	0,0100	0,0130	0,0150			
				400,93	Жасыл шөп	0,0050	0,0050	0,0050			

				711,46	Өсімдік майы	0,0080	0,0100	0,0120			
Қатты сыр				5077,63	Қатты сыр	0,0200	0,0250	0,0400	90,00	95,00	185,00
Жеміс	120	120	150	918,92	Алма	0,1200	0,1200	0,1200	120,00	120,00	135,00
Шай қантпен	200	200	200	5066,00	Шай(құрғақ шай)	0,0020	0,0020	0,0020	70,0	70,0	70,0
				0,00	Су	0,2000	0,2000	0,2000			
				454,08	Қант	0,0070	0,0070	0,0070			
Нан	20	35	40	654,59	Қарабидай наны	0,0200	0,0350	0,0400	15,00	25,00	27,00
									575,00	610,00	717,00

Түскі астың орташа бағасы

637 745 794

Ескерту:

Тағамдарды дайындау кезінде бастауыш сыныптарда қабылдауға 1 гр. аспайтын тұзды, ересек балаларға 1,5 гр. аспайтын тұздаңыз, ДДҰ ұсынады.

