

Мәзір 1-ші апта
Нұсқа: Ботқалар

02-06.10.2023ж

	шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Цена
Дүйсенбі						
Тары сүтті ботқасы	200/10 грамм	7,4	7,6	39,2	245,5	340
Тоқаш қантпен	60 грамм	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Қант қосылған шай	200 грамм	0,20	-	14,0	28,0	40
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					559,7	500
Сейсенбі						
Арпа сүтті ботқасы	200/10 грамм	7,4	7,6	39,2	245,5	340
Ірімшік қосылған бәліш	70 грамм	8,26	3,07	48,8	255	140
Кептірілген жемістерден жасалған сусын	200 грамм	0,20	0,20	22,30	110,0	60
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					703,7	560
Сәрсенбі						
Жүгері сүтті ботқасы	200/10 грамм	6,21	5,28	32,79	203,0	360
Тоқаш қантпен	60 грамм	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Кисель мұқ жидектен	200 грамм	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					621,2	570
Бейсенбі						
Қаракұмық сүтті ботқасы	200/10 грамм	4,97	5,10	16,5	131,8	360
Қырқабат қосылған бәліш	75 грамм	2,25	0,9	15,4	77,8	130
Қант қосылған шай	200 грамм	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					330,8	570
Жұма						
Күріш сүтті ботқасы	200/10 грамм	6,5	7,7	32,7	218,5	340
Тоқаш қантпен	50 грамм	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Лимон қосылған шай	200 грамм	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					548,2	540

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



А.Н.Ергалиев
О.С.Искакова
А.Р.Иембердиева

Мәзір 1-ші апта

Нұсқа: Ыстық тамақ

02-06.10.2023ж

Дүйсенбі	Шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Цена
Тауық филесі тұздықпен Макароны	50/50 200	10,55/0,38 7,36	6,8/1,12 6,02	-/3,03 35,26	103,12/23,67 224,6	420
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Сейсенбі					472,59	500
Котлета пеште дайындалған, тұздықпен Қарақұмық ботқасы	60/ 150	11,1/0,38 7,46	7,4/1,12 5,61	6,3/3,0 3 35,84	136/23,67 230,45	350
Кептірілген жемістерден жасалған сусын	200	0,20	0,20	22,30	110,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Дәруменді салат	20	0,28	1,01	1,80	17,48	120
Сәрсенбі					593,32	550
Тауық етімен дайындалған палау	150/50	25,38	21,25	44,61	471,25	310
Сәбізден салат	20	0,3	3,0	3,15	38,5	80
Кисель мүк жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Бейсенбі					734,95	500
Балықтан жасалған котлет (пеште дайындалған) тұздықпен	60/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,0 3	75/23,67	250
Картоп езбесі	150	3,1	6,4	25,3	166	280
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	20	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Жұма					385,87	610
Күріш қосылған котлет пеште дайындалған	60	19,0	8,2	6,4	174,0	200
Спагетти тұздықпен	200	7,36/0,38	6,02/1,1 2	35,26/ 3,03	224,6/23,67	200
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					558,97	500

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



А.Н.Ергалиев
О.С.Искакова
А.Р.Иембердиева

Мәзір 1-ші апта
 Бюджет қаражат есебінен тамақтану
 02-06.10.2023ж

	Дүйсенбі	Шығу	Б	Ж	У	Ккал	Цена
1	Тары сүтті ботқасы май қосылған	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	340
2	Қант қосылған тоқаш	70	5,0	3,7	37,2	193,0	130
3	Қара шай	200	0,62	-	0,89	11,61	60
4	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	20
5	Алма	100	0,40	-	11,3	46,0	140
6	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
	Сейсенбі					612,91	750
1	Бұршак сорпасы	250	14,7	7,35	338,1	265,95	300
2	Айран	200	5,6	6,4	8,2	118,0	150
3	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	20
4	Қырққабат салаты	50	0,85	3,05	5,19	51,54	140
5	Ірімшік қосылған бәліш	70	8,26	3,07	48,8	255	140
	Сәрсенбі					776,49	750
1	Жүгері сүтті ботқасы	200/10	4,97	5,10	16,5	131,8	360
2	Кисель мұқжидекті витаминделген	200	0,20	-	32,6	132,06	90
3	Сүзбе	50	8,35	4,5	0,65	78	90
4	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	20
5	Қант қосылған тоқаш	50	5,0	3,7	37,2	193,0	130
6	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
	Бейсенбі					651,66	750
1	Балықтан жасалған котлет	200	8,1	2,1	6,2	75,0	250
2	Картоп езбесі тұздықпен	60/50	3,1/0,38	6,4/1,12	25,3/3,03	166/23,67	280
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
4	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	20
5	Алма	100	0,40	-	11,3	46,0	140
	Жұма					424,67	750
1	Қырққабат сорпасы	200	5,6	7,6	13,5	137,0	250
2	Қант қосылған тоқаш	70	5,0	3,7	37,2	193,0	130
3	Дәруменді салат	20	0,28	1,01	1,80	17,48	120
4	Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
5	Қарабидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	20
6	Сүзбе	50	8,35	4,5	0,65	78	90
7	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
						585,78	750

Асхана басшысы:
 Мектеп басшысы:
 Диетолог:



А.Н.Ергалиев
 О.С.Искакова
 А.Р.Иембердиева