

Мәзір 2-ші апта

09-13.10.2023ж

Бюджет қаражат есебінен тамақтану

	Дүйсенбі	Шығу	Б	Ж	У	Ккал	Баға
1	Жүгері сүтті ботқасы май қосылған	200/10	4,97	5,10	16,5	131,8	360
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	30
5	Сүзбе	50	8,35	4,5	0,65	78	90
6	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
	Сейсенбі					499,21	750
1	Тұздық сорпасы	250	2,10	5,11	16,59	120,75	320
2	Кептірілген жемістен жасалған сусын	200	0,20	0,20	22,30	110,0	60
3	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	30
4	Қырккәбат қосылған бәліш	75	2,25	0,9	15,4	77,8	130
5	Сәбізден салат	20	0,3	3,0	3,15	38,5	100
	Сәрсенбі					433,05	750
1	Арпа сүтті ботқасы	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	360
2	Кисель мұқ жидектен	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	30
5	Қант қосылған тоқаш	70	5,0	3,7	37,2	193,0	60
6	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
	Бейсенбі					765,36	750
1	Балықтан жасалған котлет	200	8,1	2,1	6,2	75,0	250
2	Бұршақ езбесі тұздықпен	150/50	14,7/0,38	7,35/1,12	38,1/3,03	265,95/23,67	220
3	Дәруменді салат	20	0,28	1,01	1,80	17,48	130
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
5	Қара бидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	30
6	Алма	100	0,40	-	11,3	46,0	140
	Жұма					456,1	750
1	Қызылша қосылған қырккәбат сорпасы	200/10	5,4	5,6	14,3	122,0	300
2	Қант қосылған тоқаш	70	5,0	3,7	37,2	193,0	130
3	Айран	200	5,6	6,4	8,2	118,0	150
4	Қарабидай наны	40	2,72	0,38	18,56	86,0	30
5	Сүзбе	50	8,35	4,5	0,65	78	90
6	Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
						553,3	750

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



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

Мәзір 2- ші апта
Нұсқа: Ботқалар

09-13.10.2023ж

	шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Дүйсенбі						
Жүгері сүтті ботқасы	200/10	4,97	5,10	16,5	131,8	360
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					446,0	540
Сейсенбі						
Тары сүтті ботқасы	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	340
Қырққабат қосылған бәліш	75	2,25	0,9	15,4	77,8	130
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
					526,5	550
Сәрсенбі						
Арпа сүтті ботқасы	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	340
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Кисель мүк жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					663,7	550
Бейсенбі						
Күріш сүтті ботқасы	200/10	6,5	7,7	32,7	218,5	340
Қартоп қосылған бәліш	50	2,1	6,45	12,8	117,5	130
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					457,2	550
Жұма						
Ұнтақ сүтті ботқасы	200/10	6,5	7,7	32,7	218,5	300
Тоқаш қантпен	50	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					548,2	500

Асхана басшысы:
 Мектеп басшысы:
 Диетолог:



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

Мәзір 2-ші апта
Нұсқа: Ыстық тамақ

09-13.10.2023ж

Дүйсенбі	Шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Тауық филесі, тұздықпен	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	-/3,03	103,12/23,67	220
Қарақұмық ботқасы	150	6,75	3,45	37,5	198	200
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Сейсенбі					445,99	500
Күріш қосылған котлет (пеште дайындалған) тұздық	60/50	19/0,38	8,2/1,12	6,4/3,03	174/23,67	200
Көкөніс бұқтырмасы	150	2,29	11,0	14,44	166,0	220
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
Сәрсенбі					566,87	500
Тауық филесі Спагетти тұздықпен	50 200/50	10,55 7,36/0,38	6,8 6,02/1,12	- 35,26/3,03	103,12 224,6/23,67	420
Қырқабаттан жасалған салат	30	0,43	1,53	2,60	25,77	80
Кисель мұқ жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Бейсенбі					602,36	610
Балықтан жасалған котлет (пеште дайындалған) тұздықпен	60/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	250
Бұршақ езбесі	150	14,7	7,35	38,1	265,95	220
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	20	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Жұма					485,82	550
Тауық филесі, тұздықпен	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	-/3,03	103,12/23,67	220
Күріш ботқасы	150		0,3	38,65	161,5	200
Лимон қосылған шай	200		-	15,8	43,5	80
					364,67	500

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



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

Мәзір 2-ші апта
Нұсқа: Сорпа

09-13.10.2023ж

Дүйсенбі	Шығу нормасы	Б	Ж	У	Қалд	Баға
Қырыққабат сорпасы	250	5,6	7,6	13,5	137,0	250
Тоқаш қантпен	50	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Сейсенбі					451,2	430
Тұздық сорпасы	250	2,10	5,11	16,59	120,75	300
Қырыққабат қосылған бәліш	75	2,25	0,9	15,4	77,8	130
Кептірілген жемістерден жасалынған сусын	200	0,20	0,20	22,30	110,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Сәрсенбі					401,75	510
Бұршақ сорпасы	250	7,5	5,7	27,2	182	300
Тоқаш қантпен	50	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Кисель мүк жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Бейсенбі					600,2	510
Тауық еті қосылған үй кеспесі	250	2,8	3,4	23,5	129,0	300
Қартон қосылған бәліш	75	2,1	6,45	12,8	117,5	130
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
Жұма					367,7	510
Қызылша қосылған қырыққабат сорпасы	250	5,4	5,6	14,3	122	250
Тоқаш қантпен	50	5,0	3,7	37,2	193,0	100
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	20
					451,7	450

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



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