

Мәзір 4-ші апта
Нұсқа: Ыстық тамақ

25-29.12.2023ж

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	30
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Сейсенбі					445,99	510
Гуляш етпен	50/50	19/0,38	8,2/1,12	6,4/3,03	174/23,67	200
Макарон	200	7,36	6,02	35,26	224,6	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	30
Сәрсенбі					566,87	510
Тауық филесі, тұздықпен	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	-/3,03	103,12/23,67	220
Көкөніс бұқтырмасы	150	2,29	11,0	14,44	166,0	200
Қырқабаттан жасалған салат	30	0,43	1,53	2,60	25,77	100
Кисель мұк жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Бейсенбі					602,36	640
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
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	20	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Жұма					485,82	580
Тауық филесі	50	10,55	6,8	-	103,12	200
Спагетти тұздықпен	150/50	7,36/0,38	6,02/1,12	35,26/3,03	224,6/23,67	220
Нан	20	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
					364,67	510

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



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

Мәзір 4-ші апта
Нұсқа: Сорпа

25-29.12.2023ж

Дүйсенбі	Шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Қырыққабат сорпасы	250	5,6	7,6	13,5	137,0	320
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Сейсенбі					451,2	530
Тұздық сорпасы	250	2,10	5,11	16,59	120,75	360
Қырыққабат қосылған бәліш	70	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	30
Сәрсенбі					401,75	580
Бұршақ сорпасы	250	7,5	5,7	27,2	182	360
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Кисель мүк жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Бейсенбі					600,2	600
Тауық еті қосылған үй кеспесі	250	2,8	3,4	23,5	129,0	360
Картоп қосылған бәліш	70	2,1	6,45	12,8	117,5	130
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Жұма					367,7	600
Қызылша қосылған қырыққабат сорпасы	250	5,4	5,6	14,3	122	320
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
					451,7	530

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



Н.Ергалиев
О.С.Искакова
Р.Иембердиева

Мәзір 4-ші апта
Бюджет қаражат есебінен тамақтану
25-29.12.2023ж

Дүйсенбі	шығу норма сы	Б	Ж	У	Калл	Баға
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	120
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Алма	100	0,40	-	11,3	46,0	140
Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
Сейсенбі					446,0	750
Гуляш етпен	50/50	19/0,38	8,2/1,12	6,4/3,03	174/23,67	200
Макарон	200	7,36	6,02	35,26	224,6	220
Ірімшік қосылған бәліш	70	8,26	3,07	48,8	255	120
Кептірілген жемістерден жасалған сусын	200	0,20	0,20	22,30	110,0	60
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Сәбізден салат	20	0,3	3,0	3,15	38,5	120
Сәрсенбі					526,5	750
Бұршақ сорпасы	250	7,5	5,7	27,2	182	360
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Кисель мұқ жидектен	200	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Печенье	50	8,35	4,5	0,65	78	90
Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
Бейсенбі					663,7	750
Балықтан жасалған котлет (пеште дайын-н) тұздықпен	60/50	8,1/0,38	2,1/1,12	6,2/3,03	75/23,67	220
Бұршақ езбесі	150	14,7	7,35	38,1	265,95	280
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Алма	100	0,40	-	11,3	46,0	140
Жұма					457,2	750
Қызылша қосылған қырқабат сорпасы	250	5,4	5,6	14,3	122	320
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Айран	200	5,6	6,4	8,2	118,0	130
Нан	40	3,04	0,24	20,92	93,2	30
Сузбе	50	8,35	4,5	0,65	78	90
Алтай балы	10	0,08	-	8,03	30,8	60
					548,2	750

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог



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

Мәзір 3-ші апта
Нұсқа: Ботқалар

19-22.12.2023ж

	шығу нормасы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Сейсенбі						
Арпа сүтті ботқасы	200/10 грамм	7,4	7,6	39,2	245,5	340
Тоқаш қантпен	60	5,0	3,7	37,2	193,0	120
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	30
					703,7	550
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	120
Кисель мұқ жидектен	200 грамм	0,20	-	32,6	132,0	90
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	30
					621,2	600
Бейсенбі						
Қарақұмық 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
Лимон қосылған шай	200	0,65	-	15,8	43,5	80
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	30
					346,3	600
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	120
Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,0	28,0	60
Нан	40 грамм	3,04	0,24	20,92	93,2	30
					532,7	550

Асхана басшысы:
Мектеп басшысы:
Диетолог:



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