

Мәзір (4 апта) 11-18 жас

Бюджет қаражат есебінен тамақтану

18-20.03.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Дүйсенбі							
1	Бидай жармадан сүтті ботқа сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
							750
Сейсенбі							
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Қызылша қосылған қырққабат сорпа қаймақпен	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
4	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
5	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
6	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	100	0,3	3	3,15	38,5	
							750
Сәрсенбі							
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
							750

Асхана басшысы

Мектеп басшысы

Диетолог



А.Н.Ергалиев

О.С.Искакова

А.Р.Иембердиева

Мәзір (4 апта) 6-11 жас

Бюджет қаражат есебінен тамақтану

18-20.03.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
	Дүйсенбі						
1	Бидай жармадан сүтті ботқа сары маймен	200/10	7,4	7,6	39,2	245,5	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Балғын алма	100	0,40	-	11,30	46,00	
5	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
	Сейсенбі						645
1	Тауық еті қосылған тұздық	60/20	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Айран	200	5,60	6,40	8,20	118,00	
4	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	60	0,3	3	3,15	38,5	
	Сәрсенбі						645
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Қара бидай наны	40	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
5	Жемістер	100	0,40	-	11,30	46,00	
							645

Асхана басшысы

Мектеп басшысы

Диетолог



А.Н.Ергалиев

О.С.Искакова

А.Р.Иембердиева

Мәзір (4 апта) 11-18 жас

Ыстық тамақ

18-20.03.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Дүйсенбі							
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Қайнатылған спагетти	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
							500
Сейсенбі							
1	Тауық еті қосылған тұздық	50/50	10,55/0,38	6,8/1,12	/3,03	103,12/23,67	
2	Гарнирге: қарақұмық	150	6,75	3,45	37,50	198,00	
3	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
4	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
5	Сәбіз бен алмадан жасалған салат	100	0,3	3	3,15	38,5	
							500
Сәрсенбі							
1	Күріш қосылған бұқтырылған котлет тұздықпен	60/50	11,1/0,38	7,4/1,12	6,3/3,03	136/23,67	
2	Қайнатылған макароны	150	7,36	6,02	35,26	224,6	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							500

Асхана басшысы

Мектеп басшысы

Диетолог



А.Н.Ергалиев

О.С.Искакова

А.Р.Иембердиева

Мәзір (4 апта) 11-18 жас

Сорпа

18-20.03.2024жыл

№	Атауы	Шығуы	Б	Ж	У	Калл	Баға
Дүйсенбі							
1	Тұздық сорпасы	200	7,5	5,7	27,2	182	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Ірімшік қосылған тоқаш	50/10	8,26	3,07	48,80	255,00	
							400
Сейсенбі							
1	Қызылша қосылған қырққабат сорпа	250/10	5,40	5,60	14,30	122,00	
2	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Картоп қосылған бәліш	60/20	2,1	6,45	12,8	117,5	
							400
Сәрсенбі							
1	Қырққабаттан Щи қаймақпен	250/10	5,6	7,6	13,5	137	
2	Қант қосылған тоқаш	60	5,00	3,70	37,20	193,00	
3	Нан	80	3,04	0,24	20,92	93,20	
4	Қант қосылған шай	200	0,20	-	14,00	28,00	
							400

Асхана басшысы

Мектеп басшысы

Диетолог



А.Н.Ергалиев

О.С.Искакова

А.Р.Иембердиева