



Келісемін
№ 10 ОМ директор
Т.Гибнер



Бекітемін
ИП «Шабанова Г.Х»
Г.Шабанова

Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі
(қыс-көктем)

1 апта

Тағамның атауы	7-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.
1-і күн (дүйсенбі)						
Сары май қосылған сүтті тары боткасы	150	153	200	170	200	188
Сары май мен ірімшік қосылған сэндвич	35	131	50	139	55	143
Бал	5	27	5	27	5	27
Сүт пен қант қосылған шай	200/20/5	30,30	200/20/5	30	200/20/5	30,30
2-і күн (сейсенбі)						
Мейіз қосылған қызылша салаты	60	71	100	123	100	123
Қуырылған құс еті	200	463,7	200	463,7	200	463,7
Жеміс-жидек киселі	200	84	200	84	200	84
Бидай наны, қара бидай	20	15	35	15	40	30
3-і күн (сәрсенбі)						
Гуляш (сиыр еті)	80	860	100	1149	100	1149
Гарнир: үгілмелі қарақұмық	100	58	150	71	150	71
Сүзбе	50	128	50	128	50	128
Шай	200	144	200	144	200	144
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30
4-і күн (бейсенбі)						
Ақ қырыққабат, сәбіз салаты	60	37	100	55	100	55
Қызғылт лосось сорпасы	200/25	249	200/25	255	200/25	255
Лимон мен қант қосылған шай	200	12	200	12	200	12
Бидай \қара бидай наны	20	15	35	26	40	30
5-і күн (жұма)						
Ет котлеттері(үрмелі) \ Қызыл негізгі тұздық	80/20	452	100/20	592	100/20	592
Гарнир: суға піскен күріш	100	40	150	30	150	62
Ірімшік салып пісірген нан	60	137	60	143	60	143
Кептірілген жемістерден жасалған компот	200	92	200	92	200	92
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30



Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі (қыс-көктем) 2 апта

Тағамның атауы	7-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.
1-і күн (дүйсенбі)						
Сары май қосылған "Достық" сүт ботқасы	150	705,8	200	705,8	200	1001,5
Май мен ірімшік сэндвичі	35	17,2	50	17,2	55	17,2
Қант қосылған шай	200/5	111	200/5	111	200/5	111
Алма	100	17,8	100	31,19	100	35,6
2-і күн (сейсенбі)						
Ірімшік қосылған сәбіз салаты	60	57,9	100	96,5	100	97,5
Үйде қуыру тәсілімен жасалған тағам	200	415,6	200	415,6	250	545,4
Жеміс-жидек киселі	200	168	200	168	200	168
Бидай \қара бидай наны	20	38,4	35	38,4	40	38,4
3-і күн (сәрсенбі)						
Еттен жасалған тефтели (пеште піскен)\ қызыл негізгі тұздық	800/20	262	100/20	389	100/20	509,1
Гарнир: суға піскен сары май қосылған макарон	100	88,4	150	78,6	150	116,7
Ірімшік салып пісірген нан	60	37,5	60	37,5	60	37,5
Кептірілген жемістерден жасалған компот	200	29,29	200	29,29	200	29,3
Қара бидай наны\бидай наны	20	17,8	35	31,19	40	35,6
4-і күн (бейсенбі)						
Ақ қырыққабат пен сәбіз қосылған салат	60	32	80	41	100	41
Қызғылт лосось сорпасы	200/25	249	250/25	255	250/25	255
Лимон мен қант қосылған шай	200/20/5	30	200/20/5	30	200/20/5	30
Бидай \қара бидай наны	20	15	35	26	40	30
Бал	5		5		5	
5-і күн (жұма)						
Гуляш (сиыр еті)	80	860	100	1149	100	1149
Гарнир: қарақұмық	100	58	150	71	150	71
Сүзбе	50	128	50	128	50	128
Шырын	200	144	200	144	200	144
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30



Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі
(қыс-көктем)
3 апта

Тағамның атауы	7-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.
1-і күн (дүйсенбі)						
Сары май қосылған сүтті бидай боткасы	150	153	200	170	200	188
Сары май мен ірімшік қосылған сәндвич	35	131	50	139	55	143
Алма	100	27	100	27	100	27
Сүт пен қант қосылған шай	200/20/5	30,30	200/20/5	30	200/20/5	30,30
2-і күн (сейсенбі)						
Мейіз қосылған қызылша салаты	60	71	100	123	100	123
Құс етінен жасалған палау	200	463,7	200	463,7	200	463,7
Жеміс-жидек киселі	200	84	200	84	200	84
Бидай наны, кара бидай	20	15	35	15	40	30
3-і күн (сәрсенбі)						
Гуляш (сиыр еті)	80	860	100	1149	100	1149
Гарнир: үгілмелі қарақұмық	100	58	150	71	150	71
Сүзбе	50	128	50	128	50	128
Шай	200	144	200	144	200	144
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30
4-і күн (бейсенбі)						
Ақ қырыққабат, сәбіз салаты	60	37	100	55	100	55
Қызғылт лосось сорпасы	200/25	249	200/25	255	200/25	255
Лимон мен қант қосылған шай	200	12	200	12	200	12
Бидай \кара бидай наны	20	15	35	26	40	30
5-і күн (жұма)						
Домалақ котлеттер (пеште піскен) \қызыл негізгі соус	80/20	452	100/20	592	100/20	592
Гарнир: картоп пюресі \сары май	100	40	150	30	150	62
Ірімшік салып пісірген нан	60	137	60	143	60	143
Кептірілген жемістерден жасалған компот	200	92	200	92	200	92
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30



Келісемін
№10 ОМ директор
Т.Гибнер



Бекітемін
ИП «Шабанова Г.Х»
Г.Шабанова

**Білім беру ұйымдарындағы мектеп оқушыларын тамақтандыруға
арналған тағамдардың 4 апталық мәзірі
(қыс-көктем)
4 апта**

Тағамның атауы	7-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.	Шығыс	Құн.
1-і күн (дүйсенбі)						
Сары май қосылған "Достық" сүт ботқасы	150	705,8	200	705,8	200	1001,5
Май мен ірімшік сэндвичі	35	17,2	50	17,2	55	17,2
Қант қосылған шай	200/5	111	200/5	111	200/5	111
Алма	100	17,8	100	31,19	100	35,6
2-і күн (сейсенбі)						
Ірімшік қосылған сәбіз салаты	60	57,9	100	96,5	100	97,5
Үйде қуыру тәсілімен жасалған тағам	200	415,6	200	415,6	250	545,4
Жеміс-жидек киселі	200	168	200	168	200	168
Бидай \қара бидай наны	20	38,4	35	38,4	40	38,4
3-і күн (сәрсенбі)						
Еттен жасалған тефтели (пеште піскен)\ қызыл негізгі тұздық	800/20	262	100/20	389	100/20	509,1
Гарнир: суға піскен сары май қосылған макарон	100	88,4	150	78,6	150	116,7
Токаштар	60	37,5	60	37,5	60	37,5
Кептірілген жемістерден жасалған компот	200	29,29	200	29,29	200	29,3
Қара бидай наны\бидай наны	20	17,8	35	31,19	40	35,6
4-і күн (бейсенбі)						
Ақ қырыққабат, жана қияр және қызанақ салаты	60	32	80	41	100	41
Қызғылт лосось сорпасы	200/25	249	250/25	255	250/25	255
Лимон мен қант қосылған шай	200/20/5	30	200/20/5	30	200/20/5	30
Бидай \қара бидай наны	20	15	35	26	40	30
Бал	5		5		5	
5-і күн (жұма)						
Гуляш (сиыр еті)	80	860	100	1149	100	1149
Гарнир: қарақұмық	100	58	150	71	150	71
Сүзбе	50	128	50	128	50	128
Шырын	200	144	200	144	200	144
Қара бидай наны\бидай	20	15	35	26	40	30