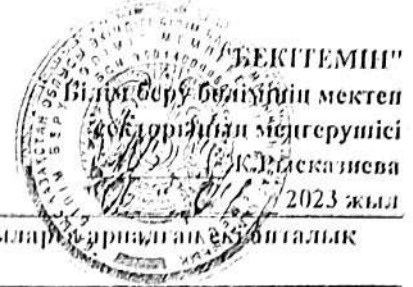


«Бекітемін»

Мектеп-гимназия директоры:
Б.С. Плеханова



Берілген мектептердегі жекелеген сапаттағы оқушылардың арнайы аңкеуі бойынша
перспективалық ас мәзірі

Күн	Тағамның атауы	Ингредиенттері	Тағам шығыны	6-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
				Брутто	Тағам шығыны	Брутто	Тағам шығыны	Брутто	Бруттосы
1 апта									
1 Күн	Арпа жармасы	Арпа жармасы	150/200	35	200/250	65	200/250	75	
		Сары май		15		15			
		Қант		7		9			
		Сүт		225		230			
		Тұз		1		2			
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
	Ірімшік	Ірімшік	10	10	15	15	15	15	
Алма	Алма	250	250	250	250	250	250		
Кисель	Кисель	200	20	200	20	200	20		
2 Күн	Тауық егінен палау	Тауық еті	150/200	140	150/200	165	150/200	200	
		Күріш жармасы		65		75		85	
		Өсімдік майы		11		15		20	
		Пияз		20		35		60	
		Сәбіз		20		35		70	
		Сарымсақ		5		5		5	
		Тұз		1		2		2	
	Дәруменді салат	Қырыққабат	60/100	70	100/150	90	100/150	110	
		Сәбіз		25		30		40	
		Қант		3		2		2	
		Өсімдік майы		11		10		10	
	Сузбеше	Сузбеше	125	125	125	125	125	125	
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40,00	40	
Бал мен шай	Шай	200	2	200	2	200,00	2		
	Бал		25		25		25		
3 Күн	Көкөністер мен ет қосылған коже	Сыяр еті	200/250	152,5	250/300	182,5	250/300	200	
		Қартоп		30		45		65	
		Қырыққабат		75		60		60	
		Пияз		20		20		20	
		Сәбіз		20		20		20	
		Өсімдік майы		11		15		15	
Тұз	1	1	2						
2 Күн	Сузбе	Сузбе	60	60	70	70	80	80	
	Қант	Қант	60	20	70	24	80	27	
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	

Кештің аты	Кештің түрі/сипаты	Мөлшер	№	Мөлшер	№	Мөлшер	№
Комнат	Лимон қышқылы	200	1	200	1	200	1
	Қант		5		5		5
4 Күн	Сәбіз салаты		90		100		150
	Өсімдік майы	60/100	5	100/150	10	100/150	10
	Балықкөзлеті		110		130		140
	Балығы		15		20		25
	Бидай наны		40		40		40
	Сүт		20		25		35
	Үн		10		11,5		15
	Кештірілген нан	80/150	10	200/250	10	200/250	10
	Крахмал		5		15		15
	Жұмыртқа		20		25		10
	Шыз		20		25		10
	Сәбіз		11		15		15
	Өсімдік майы		0,5		1		1
	Тұз		150		170		190
	Картон еzbесі		65		65		65
	Сүт	100/150	10	150/180	15	150/180	25
	Сары май		0,5		0,5		1
	Тұз		20		35		40
	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40
	Какао		20		20		20
	Сүт қосылған сүт	200	200	200	200	200	200
5 Күн	Бұршақ көже		152,5		182,5		200
	Сыыр еті		30		35		35
	Картон		30		35		50
	Бұршақ	200/250	20	250/300	25	250/300	20
	Шыз		20		25		20
	Сәбіз		6		5		5
	Өсімдік майы		1		1		20
	Тұз		125		125		125
	Өсімдік майы	125	125	125	125	125	125
	Сүзбеше		20		35		40
	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40
	Шырын	165	165	165	165	165	165
	Алма	250	250	250	250	250	250

2 апта

1 Күн	Ақ қауданды қырыққабат салаты		70		100		130
	Сәбіз		40		40		45
	Жасыл бұршақ	60/100	3	100/150	3	100/150	3
	Сарымсак		4		4		4
	Өсімдік майы		11		15		15
	Ет пен жарма қосылған көже		100		121,4		133,3
	Сыыр еті		20		20		50
	Күрші жармасы						

г

		Сары май	200/250	6	250/300	6	250/300	6	
		Пияз		20		20		25	
		Сәбіз		20		20		25	
		Картон		30		30		30	
		Тұз		1		0,5		2	
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
	Сүт	Сүт	200	200	200	200	200	200	
	2 Күн	Ет битөңкілері	Спыр еті	80/150	100	100/180	121,6	100/180	133,4
			Бидай наны		5		35		40
			Сүт		30		40		40
Өсімдік майы			11		11		11		
Пияз			20		20		25		
Сәбіз			20		20		25		
Тұз			0,5		1		1		
Бытырап піскен қарақұмық			Қарақұмық жармаеы		100/150		36,7		150/180
Сары май		9	11	14					
Тұз		0,5	1	1					
Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125	125		
Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40		
Кнессель	Кнессель	200	20	200	20	200	20		
Алма	Алма	250	250	250	250	250	250		
3 Күн	Ет қосылған картон көжесі	Спыр еті	200/250	105	250/300	122	250/300	133,3	
		Картон		180		180		255	
		Сәбіз		25		25		25	
		Пияз		25		25		25	
		Өсімдік майы		11		15		15	
		Тұз		1		1		1	
		Сүзбе		Сүзбе		60		60	70
	Сүт	70	70	70					
	Қағз	20	20	25					
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
Шырын	Шырын	165	165	165	165	165	165		
4 Күн	Ірімшік қосылған қызылша салаты	Қызылша	60/100	93	100/150	143	100/150	150	
		Ірімшік		10		15		15	
		Өсімдік майы		6		10		10	
	Балық котлеті	Сазан балығы	80/150	110	100/180	130	100/180	140	
		Бидай наны		15		25		35	
		Крахмал		10		10		10	
		Кентірілген шип		10		11,5		15	
		Жұмыртқа		5		15		15	
		Ұн		20		25		35	
		Сүт		30		25		25	
Өсімдік майы		5		8		13			
Пияз		20		20		20			
Тұз		1		1		1			

	Сәбіз		20		20		28	
Күріш	Күріш жармасы	100/150	36,6	150/180	38	150/180	38	
	Сары май		5		6,5		10	
	Тұз		1		1		2	
Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
Бал	Бал мен сүт	200	25	200	25	200	25	
Сүт			200		200		200	
5 Күн	Бұқтырылған тауық еті	80/150	Тауық еті	100/180	165	100/180	200	
			Осімдік майы		11		11	11
			Шөп		20		20	30
			Сәбіз		20		20	30
			Тұз		0,5		1	1
Қайнатылған түтік кеспесі.	Түтік кеспе(рожки)	100/150	36,7	150/180	52	150/180	55	
			Сары май		5		6,5	10
			Тұз		0,5		1	1
Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125	125	
Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
Кептірілген жемістен компот	Кептірілген жеміс	200	5	200	5	200	5	
			Лимон қышқылы		1		1	1
			Қант		15		20	20
Алма	Алма	250	250	250	250	250	250	

Орындаушылар: А.Пионеров
С.Мұратова

