

«Бекітемін»

Мектеп-гимназия директоры:
Б.С. Тлекенова



«БЕКТЕМІН»
Білім беру бөлімінің мектеп
қоспа бөлімінің меңгерушісі
Ж.Р. Есказиева
2023 жыл

Мектептердегі жекелеген санаттағы оқушыларға арналған кез апталық
перспективалық ас мәзірі

Күн	Тағамның атауы	Ингредиенттері	6-10 жас		11-14 жас		15-18 жас	
			Тағам шығыны	Брутто	Тағам шығыны	Брутто	Тағам шығыны	Бруттосы
I апта								
1 Күн	Арпа жармасы	Арпа жармасы	150/200	35	200/250	65	200/250	75
		Сары май		15		15		
		Қант		7		9		11
		Сүт		225		230		235
		Тұз	1	2	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	200	20	200	20	200	20	
2 Күн	Тауық етінен 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	Көкөйістер 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	Сузбеше	60	60	70	70	80	80	
	Қант		20		24		27	
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40

Кестінің нөмірі	Кестінің атауы	Кестінің мөлшері	Қышқылды	Қант	Сәбіз	Өсімдік майы	Тұз		
4 Күн	Компот	Лимон қышқылды	200	1	200	5	200	5	
		Қант		5		1		1	
	Сәбіз салаты	Сәбіз	60/100	90	100/150	5	100	100/150	5
		Өсімдік майы		5		10			150
	Балық котлеті	Саған балығы	80/150	110	200/250	130	200/250	140	
		Бидай наны		15		20		25	
		Сүт		40		40		40	
		Үн		20		25		35	
		Кестірілген нан		10		11,5		15	
		Крахмал		10		10		10	
		Жұмыртқа		5		15		15	
		Шияз		20		25		10	
		Сәбіз		20		25		10	
		Өсімдік майы		11		15		15	
	Тұз	0,5	1	1					
	Картон езбесі	Картон	100/150	150	150/180	170	150/180	190	
		Сүт		65		65		65	
		Сары май		10		15		25	
Тұз		0,5		0,5		1			
Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40		
Какао	Какао қосылған сүт	200	20	200	20	200	20		
Сүт			200		200		200		
5 Күн	Бұршақ көже	Сыыр еті	200/250	152,5	250/300	182,5	250/300	200	
		Картон		30		35		35	
		Бұршақ		30		35		50	
		Шияз		20		25		20	
		Сәбіз		20		25		20	
		Өсімдік майы		6		5		5	
		Тұз		1		1		1	
	Өсімдік майы								
	Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125	125	
	Қара бидай наны	Қара бидай наны	20	20	35	35	40	40	
Шырын	Шырын	165	165	165	165	165	165		
Алма	Алма	250	250	250	250	250	250		

2 нота

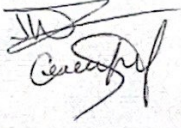
1 Күн	Ақ қауанды қырықсабат салаты	Ақ қауанды қырықсабат	60/100	70	100/150	100	100/150	130
		Сәбіз		40		40		45
		Жасыл бұршақ		3		3		3
		Сарымсақ		4		4		4
		Өсімдік майы		11		15		15
	Ет пен жарма қосылған көже	Сыыр еті		100		121,4		133,3
	Күріш жармасы		20		20		50	

г

		Сары май		6		6		6
		Пиыз	200/250	20	250/300	20	250/300	25
		Сәбіз		20		20		25
		Картон		30		30		30
		Тұз		1		0,5		2
	Қара бидай паны	Қара бидай паны	20	20	35	35	40	40
	Сүт	Сүт	200	200	200	200	200	200
2 Күн	Ет биточкілері	Сыяр еті		100		121,6		133,4
		Бидай паны		5		35		40
		Сүт		30		40		40
		Өсімдік майы	80/150	11	100/180	11	100/180	11
		Пиыз		20		20		25
		Сәбіз		20		20		25
		Тұз		0,5		1		1
	Бытырап піскен қарақұмық	Қарақұмық		36,7		65		67
		Сары май	100/150	9	150/180	11	150/180	14
		Тұз		0,5		1		1
		Сүзбеше	Сүзбеше	125	125	125	125	125
		Қара бидай паны	Қара бидай паны	20	20	35	35	40
		Кисель	Кисель	200	20	200	20	200
		Алма	Алма	250	250	250	250	250
3 Күн	Ет қосылған картон көжесі	Сыяр еті		105		122		133,3
		Картон		180		180		255
		Сәбіз		25		25		25
		Пиыз	200/250	25	250/300	25	250/300	25
		Өсімдік майы		11		15		15
		Тұз		1		1		1
	Сүзбе	Сүзбе		60		70		80
		Сүт	60	70	70	70	80	70
		Қағт		20		20		25
		Қара бидай паны	Қара бидай паны	20	20	35	35	40
	Шырын	Шырын	165	165	165	165	165	
4 Күн	Ірімшік қосылған қызылша салаты	Қызылша		93		143		150
		Ірімшік	60/100	10	100/150	15	100/150	15
		Өсімдік майы		6		10		10
	Балық котлеті	Сазан балығы		110		130		140
		Бидай паны		15		25		35
		Крахмал		10		10		10
		Кептірілген сүт		10		11,5		15
		Жұмыртқа	80/150	5	100/180	15	100/180	15
		Үй		20		25		35
		Сүт		30		25		25
		Өсімдік майы		5		8		13
		Пиыз		20		20		20
		Тұз		1		1		1

Күрш	Сәбіз		20		20		28
	Күрш жармасы	100/150	36,6	150/180	38	150/180	38
	Сары май		5		6,5		10
	Тұз		1		1		2
Қара бидай паны	Қара бидай паны	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	Тауық еті	140	100/180	165	100/180	200
		Осімдік майы	11		11		11
		Пиыз	20		20		30
		Сәбіз	20		20		30
		Тұз	0,5		1		1
Қайнатылған түтік кеспеі.	Түтік кеспе(рожжи)	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 паны	Қара бидай паны	20	20	35	35	40	40
Кенгірілген жемістен компот /	Кенгірілген 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



| компот / | Лимон | 200 | , | 200 | | 200 |