

**Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде бастауыш сынып оқушылары мен оқушыларының
жекелеген санаттарына арналған 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (жас-күз)**

**1 апта
Дүйсенбі**

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
сүтті күріш ботқасы	150	200	200	522.55	күріш жармасы	0.0500	0.0650	0.0650	240.00	280.00	280.00
				437.37	сүт	0.1300	0.1800	0.1800			
				0.00	су	0.0500	0.0665	0.0665			
				454.08	қант	0.0050	0.0060	0.0060			
				51.95	сары май	0.0100	0.0120	0.0150			
Пісірілген	1дана	1дана	1дана	5066.00	жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	70.00	70.00	140.00
лимон қосылған шай	200	200	200	0.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				454.08	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				918.92	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				654.59	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
Нан	20	35	40	695.00	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									445.00	495.00	567.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
ет котлеттері	80	100	100	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				172.55	бидай наны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1047.96	кестірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
негізгі қызыл тұздық	20	25	25	711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050	350.00	400.00	400.00
				333.33	бидай ұны 1-сұрып	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			
Гарнир: бөктірілген күріш	100	150	150	522.55	күріш	0.0383	0.0600	0.0600	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Жеміс-жидек киселі	200	200	200	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0001	0.0001	0.0001			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									650.00	775.00	777.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған жаңа піскен қияр салаты	60	100	100	400.93	жаңа піскен қияр	0.0620	0.1050	0.1050	200.00	250.00	250.00
				400.93	жаңа піскен көк шөп	0.0050	0.0060	0.0060			
				400.93	пияз	0.0050	0.0070	0.0030			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0120	0.0120			
				2554.79	сыыр еті	0.1310	0.1550	0.1550			
сыыр етінен жасалған қуырдақ	150	200	200	151.65	картоп	0.1500	0.1900	0.1900	450.00	540.00	540.00
				400.93	пияз	0.0200	0.0250	0.0250			
				400.93	сәбіз	0.0250	0.0300	0.0300			
				400.93	жаңа піскен қызанақ	0.0150	0.0200	0.0200			
				711.46	өсімдік майы	0.0150	0.0200	0.0200			
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									735.00	885.00	887.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
балықтан жасалған тефтели	80	100	100	1674.77	ж/т балық	0.1250	0.1450	0.1450			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0150	0.0150			

				522.55	күріш	0.0104	0.0130	0.0130	285.00	350.00	350.00
				159.10	бидай ұны	0.0064	0.0080	0.0080			
				400.93	пияз	0.0136	0.0170	0.0170			
				437.37	сүт	0.0100	0.0100	0.0100			
қаймақ соусы	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50.00	60.00	60.00
				4207.46	сары май	0.0100	0.0120	0.0120			
				159.10	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	151.65	картоп	0.1152	0.1728	0.1728	200.00	300.00	300.00
				437.37	сүт	0.0220	0.0280	0.0280			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
Жаңа піскен жемістерден компот	200	200	200	918.92	жаңа піскен жемістер	0.0400	0.0400	0.0400	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									700.00	885.00	887.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	15-18 жас	
көкөністер қосылған картоп көжесі	200	250	250	151.65	картоп	0.0400	0.0650	0.0650	280.00	300.00	300.00
				400.93	Жаңа піскен	0.0500	0.0625	0.0625			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0125	0.0125			
				400.93	пияз	0.0096	0.0120	0.0120			
				1572.81	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	жаңа піскен қызанақ	0.0056	0.0070	0.0070			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
333.33	1-сұрыпты ұн	0.0020	0.0025	0.0025							
сүзбе қосылған пісірме	50	50	50	333.00	жоғары сұрыпты бидай ұны	0.0300	0.0300	0.0600	150.00	150.00	300.00
				333.00	жоғары сұрыпты бидай ұны (себу үшін)	0.0020	0.0020	0.0040			
				454.08	қант	0.0040	0.0040	0.0080			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	меланж немесе жұмыртқа	0.0050	0.0050	0.0100			
				437.37	сүт 2,5%	0.0350	0.0350	0.0700			
				1676.46	сүзбе	0.0300	0.0300	0.0600			
				6822.00	престедген ашытқы	0.0010	0.0010	0.0020			
490.00	меланж немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020							
сүтті шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0.00	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				437.37	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
жеміс	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									655.00	685.00	852.00
									280.00	329.00	364.00

2 апта
Дүйсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	15-18 жас	
ірімшік қосылған макарондар	150	200	200	522.55	макарондар	0.0600	0.0800	0.0800	240.00	275.00	275.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0050	0.0050			
				5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0250	0.0250			
бал пісірмесі	40	40	40	333.00	бидай ұны ж'с	0.0420	0.0420	0.0840	130.00	130.00	260.00
				333.00	бидай ұны ж'с (себу үшін)	0.0040	0.0040	0.0080			
				3640.17	бал	0.0350	0.0350	0.0700			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	Меланж немесе жұмыртқа	0.0020	0.0020	0.0040			
				437.37	сүт	0.0300	0.0400	0.0800			
490.00	Меланж\ или жұмыртқа (для смазки)	0.0010	0.0010	0.0020							
сүтті шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0.00	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				437.37	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									475.00	520.00	652.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.	Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг	сома, тг
-------------------	------------------------	------------	----------------------	--------------------	----------

атауы	Тағамдардың шығуы			тг	ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
етген жасалған биточки	80	100	100	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				172.55	бидай ұны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1047.96	кештірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
негізгі қызыл тұздық	20	25	25	711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050	350.00	400.00	400.00
				333.33	бидай ұны 1 сорт	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			
				454.08	қант	0.0001	0.0001	0.0001			
Гарнир: жарма	100	150	150	522.55	қарақұмық	0.0330	0.0490	0.0490	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
жеміс-жидек киселі	200	200	200	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0001	0.0001	0.0001			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									650.00	775.00	777.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
жаңа піскен қызанақ пен қиярдан салат	60	100	100	400.93	жаңа піскен қызанақ	0.0300	0.0480	0.0660	200.00	250.00	250.00
				400.93	жаңа піскен қияр	0.0230	0.0380	0.0530			
				400.93	пияз	0.0070	0.0200	0.0230			
				400.93	асқоқ	0.0200	0.0200	0.0200			
				711.46	өсімдік майы	0.0030	0.0040	0.0050			
сыыр етінен палау	150	200	200	2554.79	күрші жармасы	0.1310	0.1550	0.1550	450.0	540.00	540.00
				522.55	өсімдік майы	0.0600	0.0690	0.0690			
				711.46	пияз	0.0150	0.0170	0.0170			
				400.93	сәбіз	0.0150	0.0200	0.0200			
				400.93	сыыр еті	0.0200	0.0230	0.0230			
лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									785.00	935.00	937.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
балық котлеттері	80	100	100	1674.77	ж/т балық	0.1250	0.1450	0.1450	285.00	350.00	350.00
				711.46	өсімдік майы	0.0064	0.0080	0.0080			
				172.55	бидай наны	0.0104	0.0130	0.0130			
				437.37	сүт	0.0160	0.0200	0.0200			
				400.93	бидай ұны	0.0064	0.0080	0.0080			
				400.93	пияз	0.0136	0.0170	0.0170			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
қаймақ соусы	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50.000	60.000	60.000
				4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010			
				333.33	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	151.65	картоп	0.1152	0.1728	0.1728	200.000	300.000	300.000
				437.37	сүт	0.0300	0.0400	0.0400			
кисель	200	200	200	4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150	150.00	150.00	150.00
				1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240			
				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900							
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									700.00	885.00	887.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
үй кеспесі	200/25	250/30	250/30	522.55	макарондар (кеспе)	0.0520	0.0650	0.0650	280.00	300.00	300.00
				1572.91	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				142.00	картоп	0.0380	0.0500	0.0500			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	пияз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				711.46	өсімдік майы	0.0080	0.0120	0.0120			
қатты ірімшік	20	20	20	5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0250	0.0400	90.00	95.00	185.00
фрукт	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00

қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	шай (демдеме)	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану районының құны									575.00	610.00	717.00

**3 апта
Дүйсеңбі**

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
сүтті ботқа	150	200	200	522.55	тары жармасы	0.0300	0.0400	0.0400	240.00	280.00	280.00
				437.37	сүт	0.1300	0.1800	0.1800			
				0.00	су	0.0480	0.0645	0.0645			
				454.08	қант	0.0050	0.0050	0.0050			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0120	0.0150			
Пісірілген жұмыртқа	1дана	1дана	1дана	490.00	жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	70.00	70.00	140.00
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану районының құны									395.00	445.00	517.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
ет котлеттері, негізгі қызыл тұздық	80/20	100/25	100/25	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				172.55	бидай нан	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1047.96	кепітірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				333.33	бидай ұны 1 сорт	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			
Гарнир: бөктірілген күріш	100	150	150	522.55	күріш жармасы	0.0383	0.0600	0.0600	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Жеміс-жидекті кисель	200	200	200	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240	150.00	150.00	150.00
				454.08	жаңа піскен жемістер	0.0100	0.0100	0.0100			
				918.92	қант	0.0150	0.0150	0.0150			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0001	0.0001	0.0001			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану районының құны									650.00	775.00	777.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған жаңа піскен қияр салаты	60	100	100	400.93	жаңа піскен қияр	0.0620	0.1050	0.1050	200.00	250.00	250.00
				400.93	жасаң көк шөп	0.0050	0.0060	0.0060			
				400.93	пияз	0.0050	0.0070	0.0030			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0120	0.0120			
сыыр еті қосылған палау	150	200	200	2554.79	күріш жармасы	0.1310	0.1550	0.1550	450.00	540.00	540.00
				522.55	өсімдік майы	0.0600	0.0690	0.0690			
				711.46	пияз	0.0150	0.0170	0.0170			
				400.93	сәбіз	0.0150	0.0200	0.0200			
лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану районының құны									785.00	935.00	937.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
ет котлеттері, негізгі қызыл тұздық	80/20	100/25	100/25	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				172.55	бидай наны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1047.96	кепітірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
				711.46	өсімдік майы	0.0004	0.0005	0.0005			
				333.33	бидай ұны 1-сурып	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			

			400.93	ПНЯЗ	0.0005	0.0006	0.0006			
			454.08	КАНТ	0.0001	0.0001	0.0001			

Гарнир: пісірілген макарондар	100	150	150	522.55	макарондар	0.4000	0.6000	0.6000	140.00	250.00	250.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Жас піскен жемістер компоты				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0400	0.0400	0.0400	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
Нан	20	35	40	654.6	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									655.00	825.00	827.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 лет	15-18 жас
көкөністер көжесі	200	250	250	333.0	ж/с бидай	0.0020	0.0025	0.0025	280.00	300.00	300.00
				151.7	картоп	0.0400	0.0650	0.0650			
				151.7	қырыққабат	0.0500	0.0625	0.0625			
				400.9	сәбіз	0.0100	0.0125	0.0125			
				400.9	пияз	0.0100	0.0120	0.0120			
				400.9	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				1572.8	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				711.5	қызылша	0.0100	0.0120	0.0120			
400.9	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050							
сүзбе қосылған пісірме	50	50	50	400.9	жоғары сұрыпты бидай ұны	0.0300	0.0300	0.0600	150.00	150.00	300.00
				333.0	жоғары сұрыпты бидай ұны (на подпыл)	0.0020	0.0020	0.0040			
				333.0	қант	0.0040	0.0040	0.0080			
				454.1	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				4207.5	меланж немесе жұмыртка	0.0050	0.0050	0.0100			
				490.0	сүт 2,5%	0.0300	0.0400	0.0800			
				437.4	сүзбе	0.0350	0.0350	0.0700			
				1676.5	престелген ашықты	0.0010	0.0010	0.0020			
6822.0	меланж\ немесе жұмыртка (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020							
жеміс	120	120	120	490.0	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
сүтті шай	200	200	200	918.92	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				5066.00	су	0.0700	0.1500	0.1500			
				0.00	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
				437.37	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	454.1	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									655.00	685.00	852.00

4 апта

Дүйсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 лет	15-18 жас
сүтті бидай ботқасы	150	200	200	522.55	бидай жармасы	0.0300	0.0400	0.0400	220.00	240.00	240.00
				437.37	сүт	0.1300	0.1800	0.1800			
				0.00	су	0.0480	0.0645	0.0645			
				454.08	қант	0.0050	0.0050	0.0050			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0120	0.0120			
Бал пісірмесі	40	40	40	333.00	бидай ұны ж/с	0.0420	0.0420	0.0840	130.00	130.00	260.00
				333.00	бидай ұны ж/с (себу үшін)	0.0040	0.0040	0.0080			
				3640.17	бал	0.0350	0.0350	0.0700			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	меланж или жұмыртка	0.0020	0.0020	0.0040			
				437.37	сүт	0.0300	0.0400	0.0800			
				490.00	меланж/ немесе жұмыртка (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020			
қант пен лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									485.00	515.00	647.00

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 лет	15-18 жас
Жаңа піскен қызанақ пен қияр салаты	60	100	100	400.93	жаңа піскен қызанақ	0.0300	0.0480	0.0660	200.00	250.00	250.00
				400.93	жаңа піскен қияр	0.0230	0.0380	0.0530			
				400.93	пияз	0.0070	0.0200	0.0230			
				400.93	аскөк	0.0200	0.0200	0.0200			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
Жаңа піскен қызанақ пен қияр салаты	80/20	100/25	100/25	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	220.00	260.00	400.00
				172.55	бидай наны	0.0112	0.0140	0.0140			
				437.37	сүт	0.0160	0.0200	0.0200			

				400.93	пияз	0.0320	0.0400	0.0400	320.00	300.00	400.00
				711.46	өсімдік майы	0.0093	0.0116	0.0116			
				333.33	ж/с бидай ұны	0.0046	0.0058	0.0058			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				333.33	ж/с бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат пастасы	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020	140.00	250.00	250.00
				400.93	пияз	0.0050	0.0060				
				454.08	қант	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир пісірілген макарондар	100	150	150	522.55	макарон	0.0400	0.0600	0.0600			
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Жаңа піскен жеміс компоты				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0400	0.0400	0.0400	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Стоимость рациона питания									825.00	1035.00	1077.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		15-18 жас
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	15-18 жас	
көкөністермен бұқтырылған ет	80	100	100	2554.79	сыыр еті	0.1450	0.1750	0.1750	390.00	400.0	400.0
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	сәбіз	0.0040	0.0050	0.0050			
				1450.00	томат пастасы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	пияз	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	жасаң көк шөп	0.0024	0.0030	0.0030			
				333.33	бидай ұны	0.0032	0.0040	0.0040			
Гарнир жарма	100	150	150	522.55	қарақұмық жармасы	0.0500	0.0750	0.0750	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	#####	70.00	70.0	70.0
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									610.00	695.00	697.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		15-18 жас
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	15-18 жас	
балық котлеттері	80	100	100	1674.77	минтай	0.1250	0.1450	0.1450	285.00	350	350
				172.55	бидай наны	0.0160	0.0200	0.0200			
				437.37	сүт	0.0232	0.0290	0.0290			
				1047.96	кепітірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
қаймақ соусы	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50	60	60
				4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010			
				333.33	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	151.65	картоп	0.1152	0.1728	0.1728	200.00	300.00	300.00
				437.37	сүт	0.0300	0.0400	0.0400			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
кепітірілген жеміс қоспасынан жасалған компот	200	200	200	918.92	кепітірілген жемістер	0.0300	0.0300	0.0300	120.00	120.00	120.00
				918.92	кепітірілген өрік	0.0100	0.0100	0.0100			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									670.00	855.00	857.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамдардың шығуы			Бағасы, тг	Тағам ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		15-18 жас
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	15-18 жас	
үй кеспесі	200	250	250	522.55	кеспе	0.0520	0.0650	0.0680	280.00	300.00	300
				1572.81	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				151.65	картоп	0.0300	0.0400	0.0450			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	пияз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				711.46	өсімдік майы	0.0080	0.0100	0.0120			
қатты ірімшік	20	20	20	5077.46	қатты ірімшік	0.0200	0.0200	0.0300	90.00	90.00	140.00
жеміс	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
сүтті шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0.00	су	0.7000	0.1000	0.1000			
				437.37	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
Нан	20	35	40	654.60	қара бидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
Тамақтану рационының құны									595.00	625.00	692.00

637 745 794

Ескерту:

*Тағамдарды дайындаған кезде тұзды 1 гр артық қолданбау. Бір рет қабылдағанда бастауыш сыныптарда, үлкен балаларға 1,5 гр артық ДДСҰ ұсынған

БЕКІТЕМІН

«Солтүстік Қазақстан облысы

әкімдігінің білім басқармасы» КММ

«Есіл ауданының білім бөлімі» КММ басшысы

Солтүстік Қазақстан облысының жалпы білім беретін мектептерінде бастауыш сынып оқушылары мен оқушыларының жекелеген санаттарына арналған 4 апталық ыстық тамақ мәзірі (қыс-көктем)

**1 апта
Дүйсенбі**

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
сүтті ботка	150	200	200	522.55	тары жармасы	0.0500	0.0650	0.0650	240.00	280.00	280.00
				437.37	сүт	0.1300	0.1800	0.1800			
				0.00	су	0.0480	0.0645	0.0645			
				454.08	қант	0.0050	0.0050	0.0050			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0120	0.0150			
пісірілген жұмыртқа	1шт	1шт	1шт	490.00	жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	70.00	70.00	140.00
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байша шайы	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационалының құны									395.00	445.00	517.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
таық етінен тефтели	80	100	100	1572.81	күс еті	0.1310	0.1450	0.1450	280	300	300.00
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0150	0.0150			
				522.55	күріш	0.0104	0.0130	0.0130			
				333.33	ж/с бидай ұны	0.0064	0.0080	0.0080			
				400.93	пияз	0.0136	0.0170	0.0170			
				437.37	сүт	0.0100	0.0100	0.0100			
қаймақ тұздық	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50.00	60.00	60.00
				4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010			
				333.33	ж/с бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
				151.65	макарондар	0.1152	0.1728	0.1728			
гарнир: картоп езбесі	100	150	150	437.37	картоп	0.0300	0.0400	0.0400	200.00	300.00	300.00
				#####	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
				536.76	кисель	0.2000	0.2000	0.2000			
табиғи шыршын	200	200	200	654.60	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	15.00	15.00
нан	20	35	40	654.60	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационалының құны									695.00	835.00	837.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған сәбіз салаты	60	100	100	400.93	сәбіз	0.0654	0.1090	0.1090	200.00	250.00	250.00
				1055.42	мейіз	0.0100	0.0150	0.0150			
				454.08	қант	0.0060	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0120	0.0120			
спыр етінен палау	150	200	200	2554.79	күріш жармасы	0.1310	0.1550	0.1550	450.0	540.00	540.00
				522.55	өсімдік майы	0.0600	0.0690	0.0690			
				711.46	пияз	0.0150	0.0170	0.0170			
				400.93	сәбіз	0.0150	0.0200	0.0200			
				400.93	спыр еті	0.0200	0.0230	0.0230			
лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байша шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
				654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационалының құны									785.00	935.00	937.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет котлеттері, негізгі қызыл тұздық	80	100	100	2554.79	спыр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				159.10	бидай наны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1055.42	келтірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
				711.46	өсімдік майы	0.0004	0.0005	0.0005			
				333.33	ж/с бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат пастасы	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			

				454.08	қант	0.0001	0.0001	0.0001			
Гарнир: пісірілген макарондар	100	150	150	522.55	макарондар	0.0400	0.0600	0.0600	140.00	250.00	250.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Кисель	200	200	200	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240	150.00	150.00	150.00
				918.92	жана піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	695.0	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									655.00	825.00	827.00

Жума

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
көкөніс көжесі	200	250	250	333.00	ж/с ұн	0.0020	0.0025	0.0025	280.00	300.00	300.00
				151.65	картоп	0.0400	0.0650	0.0650			
				400.93	қырыққабат	0.0500	0.0625	0.0625			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0125	0.0125			
				400.93	пияз	0.0100	0.0120	0.0120			
				1572.81	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	қызылша	0.0100	0.0120	0.0120			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
сүзбе қосылған пісірме	50	50	50	333.00	жоғары сұрыпты бидай ұны	0.0300	0.0300	0.0600	150.00	150.00	300.00
				333.00	жоғары сұрыпты бидай ұны (себу үшін)	0.0020	0.0020	0.0040			
				454.08	қант	0.0040	0.0040	0.0080			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	меланж немесе жұмыртқа	0.0050	0.0050	0.0100			
				437.37	сүт 2,5%	0.0300	0.0400	0.0800			
				1676.46	сүзбе	0.0350	0.0350	0.0700			
				6822.00	престелген ашықты	0.0010	0.0010	0.0020			
				490.00	меланж\ немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020			
жеміс	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
сүтті шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0.00	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				437.37	сүт	0.0800	0.1000	0.1000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									655.00	685.00	852.00
									637	745	794

2 апта Дүйсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
сүтті бидай ботқасы	150	200	200	522.55	бидай жармасы	0.0300	0.0400	0.0400	220.00	240.00	240.00
				437.37	сүт	0.1300	0.0180	0.1800			
				0.00	су	0.0480	0.0645	0.0645			
				454.08	қант	0.0050	0.0050	0.0050			
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Бал пісірмесі	40	40	40	333.00	бидай ұны ж/с	0.0420	0.0420	0.0840	130.00	130.00	260.00
				333.00	бидай ұны ж/с (себу үшін)	0.0040	0.0040	0.0080			
				3640.17	бал	0.0350	0.0350	0.0700			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	меланж немесе	0.0020	0.0020	0.0040			
				437.37	сүт	0.0300	0.0400	0.0800			
				490.00	меланж\ немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020			
қант және лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									485.00	515.00	647.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған ақ қырыққабат салаты	60	100	100	400.93	ақ қырыққабат	0.0594	0.0990	0.0990	200.0	250.00	250.00
				400.93	сәбіз	0.0066	0.0110	0.0110			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				918.92	алма	0.0150	0.0200	0.0200			
				454.08	қант	0.0036	0.0060	0.0060			
				711.46	өсімдік майы	0.0036	0.0060	0.0060			
еттен жасалған тефтели	80	100	100	2554.79	сиыр еті	0.1200	0.1450	0.1450			
				172.55	бидай наны	0.0112	0.0140	0.0140			
				437.37	сүт	0.0160	0.0200	0.0200			
				400.93	пияз	0.0320	0.0400	0.0400			
				711.46	өсімдік майы	0.0093	0.0116	0.0116			

негізгі қызыл тұздық	20	25	25	159.10	бидай ұны	0.0046	0.0058	0.0058	320.00	360.00	400
				711.46	өсімдік майы	0.0004	0.0005	0.0005			
				333.33	бидай ұны 1 сұрып	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0005	0.0006	0.0006			
				454.08	қант	0.0001	0.0001	0.0001			
гарнир пісірілген макарондар	100	150	150	522.55	макарондар	0.0400	0.0600	0.0600	140.00	250.00	250.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
кисель	200	200	200	1022.42	кисель	0.0150	0.0150	0.0150	150.00	150.00	150.00
				1055.42	жаңа піскен жемістер	0.0100	0.0100	0.0100			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	654.59	карабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									825.00	1035.00	1077.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
көкөністермен бұқтырылған ет	80	100	100	2554.79	сиыр еті	0.1450	0.1750	0.1750	390.00	400.0	400.0
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	сәбіз	0.0040	0.0050	0.0050			
				1450.00	томат пастасы	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	пияз	0.0040	0.0050	0.0050			
				400.93	жасаң көк шөп	0.0024	0.0030	0.0030			
				333.33	бидай ұны	0.0032	0.0040	0.0040			
жарма гарнирі	100	150	150	255.55	карақұмық	0.0500	0.0750	0.0750	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	кара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.0	70.0
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	карабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									610.00	695.00	697.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
балық котлеттері	80	100	100	1674.77	мингай	0.1250	0.1450	0.1450	285.00	350.00	350.00
				172.55	бидай наны	0.0160	0.0200	0.0200			
				437.37	сүт	0.0232	0.0290	0.0290			
				1055.42	кептірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250			
қаймақ тұздығы	20	25	25	4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010	50.00	60.00	60.00
				333.33	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
				151.65	картон	0.1152	0.1728	0.1728			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	437.37	сүт	0.0220	0.0280	0.0280	200.00	300.00	300.00
				4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
				918.92	кептірілген жемістер	0.0300	0.0300	0.0300			
				918.92	кептірілген өрік	0.0100	0.0100	0.0100			
кептірілген жеміс қоспасынан жасалған компот	200	200	200	454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100	120.00	120.00	120.00
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				654.59	карабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400			
нан	20	35	40	654.59	карабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									670.00	855.00	857.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
үй кеспесі	200	250	250	522.55	кеспе	0.0520	0.0650	0.0680	280.00	300.00	300
				1572.81	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				151.65	картон	0.0300	0.0400	0.0450			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	пияз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				711.46	өсімдік майы	0.0080	0.0100	0.0120			
				5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0200	0.0350			
қатты ірімшік	20	20	20	5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0200	0.0350	90.00	90.00	140.00
жеміс	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
сүтті шай	200	200	200	5066.00	кара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.000	90.00	90.00
				0.00	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				437.37	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	карабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									595.00	625.00	692.00
									637.00	745.00	794.00

Запа

Дүйсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
сүтті күріш ботқасы	150	200	200	522.55	күріш жармасы	0.0500	0.0650	0.0650			
				437.37	сүт	0.1300	0.1800	0.1800			

				0.00	су	0.0500	0.0665	0.0665	240.00	280.00	280.00
				454.08	қант	0.0050	0.0060	0.0060			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0120	0.0150			
пісірілген жұмыртқа	1шт	1шт	1шт	490.00	жұмыртқа	1шт	1шт	2шт	70.00	70.00	140.00
лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020			
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070	120.00	120.00	120.00
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									445.00	495.00	567.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
ет котлеттері	80	100	100	2554.79	сыыр еті	0.1200	0.1450	0.1450			
				172.55	бидай наны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1055.00	кептірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
негізгі қызыл тұздық	20	25	25	711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050	350.00	400.00	400.00
				333.00	бидай ұны 1 сұрып	0.0010	0.0010	0.0010			
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			
				454.08	қант	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир: бөктірілген күріш	100	150	150	522.55	күріш	0.0383	0.0600	0.0600	135.00	200.00	200.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
жеміс-жидек киселі	200	200	200	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150	150.00	150.00	150.00
				1506.98	лимон қышқылы	0.0001	0.0001	0.0001			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									650.00	775.00	777.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған сәбіз салаты	60	100	100	400.93	сәбіз	0.0654	0.1090	0.1090			
				400.93	мейіз	0.0100	0.0150	0.0150	200.00	250.00	250.00
				454.08	қант	0.0060	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0036	0.0060	0.0060			
сыыр етінен жасалған қуырдақ	150	200	200	2554.79	сыыр еті	0.1310	0.1550	0.1550			
				151.65	картоп	0.1500	0.1900	0.1900			
				400.93	пияз	0.0200	0.0250	0.0250	450.00	540.00	540.00
				400.93	сәбіз	0.0250	0.0300	0.0300			
				918.92	жаңа піскен қызанақ	0.0150	0.0200	0.0200			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0150	0.0150			
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									735.00	885.00	887.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
балықтан жасалған тегфтели	80	100	100	1674.77	ж/т балық	0.1250	0.1450	0.1450			
				711.46	өсімдік майы	0.0100	0.0150	0.0150	285.00	350.00	350.00
				522.55	күріш	0.0104	0.0130	0.0130			
				333.00	бидай ұны	0.0064	0.0080	0.0080			
				400.93	пияз	0.0136	0.0170	0.0170			
				437.37	сүт	0.0100	0.0100	0.0100			
қаймақ тұздығы	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50.00	60.00	60.00
				4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010			
				333.00	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	151.65	картоп	0.1152	0.1728	0.1728	200.00	300.00	300.00
				437.37	сүт	0.0220	0.0280	0.0280			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
				1022.42	кептірілген өрік	0.0150	0.0150	0.0150			
Жаңа піскен жемістерден компот	200	200	200	1055.42	жаңа піскен жемістер	0.0100	0.0100	0.0100	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационаының құны									700.00	885.00	887.00

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас

көкөністер қосылған картоп көжесі	200	250	250	155.0	картоп	0.0400	0.0650	0.0650	280.00	300.00	300.00
				127.0	жаңа піскен қырыққабат	0.0500	0.0625	0.0625			
				130.0	сәбіз	0.0100	0.0125	0.0125			
				128.0	пияз	0.0096	0.0120	0.0120			
				1476.0	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				794.0	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
				1080.0	жаңа піскен қызанақ	0.0056	0.0070	0.0070			
				2000.0	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				150.0	1с ұн	0.0020	0.0025	0.0025			
сүзбе қосылған пісірме	50	50	50	333.0	жоғары сұрыпты бидай ұны	0.0300	0.0300	0.0600	150.00	150.00	300.00
				333.0	жоғары сұрыпты бидай ұны (себу үшін)	0.0020	0.0020	0.0040			
				400.0	Қант	0.0040	0.0040	0.0080			
				4310.0	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				462.0	меланж немесе	0.0050	0.0050	0.0100			
				400.0	Сүт 2,5%	0.0090	0.0090	0.0180			
				1622.0	сүзбе	0.0350	0.0350	0.0700			
				6921.0	престелген ашытқы	0.0010	0.0010	0.0020			
462.0	меланж немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020							
сүтті шай	200	200	200	5266	қара байша шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				400	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
				400	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
жеміс	120	120	120	609.0	алма	0.1200	0.1200	0.1500	120.00	120.00	135.00
нан	20	35	40	695.0	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационның құны									655.00	685.00	852.00
									637.00	745.00	794.00

**4 апта
Дүйсенбі**

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
ірімшік қосылған макарондар	150	200	200	522.55	макарондар	0.0600	0.0800	0.0800	240.00	275.00	275.00
				4207.46	сары май	0.0050	0.0050	0.0050			
				5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0250	0.0250			
Бал пісірмесі	40	40	40	333.00	Бидай ұны ж'с	0.0420	0.0420	0.0840	130.00	130.00	260.00
				333.00	Бидай ұны ж'с (себу үшін)	0.0040	0.0040	0.0080			
				3640.17	бал	0.0350	0.0350	0.0700			
				4207.46	сары май	0.0120	0.0120	0.0240			
				490.00	меланж немесе	0.0020	0.0020	0.0040			
				437.37	сүт	0.0080	0.0080	0.0160			
				490.00	меланж/ немесе жұмыртқа (жағу үшін)	0.0010	0.0010	0.0020			
сүтті шай	200	200	200	5066.00	қара байша шайы	0.0020	0.0020	0.0020	90.00	90.00	90.00
				0.00	су	0.1500	0.1500	0.1500			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				437.37	сүт	0.0500	0.0500	0.0500			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационның құны									475.00	520.00	652.00

Сейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
еттен жасалған биточки	80	100	100	2554.79	сыйр еті	0.1200	0.1450	0.1450	350.00	400.00	400.00
				172.55	бидай наны	0.0152	0.0190	0.0190			
				437.37	сүт	0.0192	0.0240	0.0240			
				1047.96	кептірілген нан	0.0080	0.0100	0.0100			
				711.46	өсімдік майы	0.0046	0.0058	0.0058			
				711.46	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
негізгі қызыл тұздық	20	25	25	333.33	бидай ұны I сұрып	0.0010	0.0010	0.0010	150.00	150.00	150.00
				1450.00	томат езбесі	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	сәбіз	0.0020	0.0020	0.0020			
				400.93	пияз	0.0050	0.0060	0.0060			
				454.08	қант	0.0010	0.0010	0.0010			
				522.55	қарақұмық	0.0330	0.0490	0.0490			
				4207.46	сары май	0.0050	0.0100	0.0100			
Гарнир: жарма	100	150	150	1335.51	кисель	0.0240	0.0240	0.0240	150.00	150.00	150.00
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				918.92	жаңа піскен жемістер	0.0150	0.0150	0.0150			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0001	0.0001	0.0001			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационның құны									650.00	775.00	777.00

Сәрсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
өсімдік майы қосылған ақ қырыққабат салаты	60	100	100	400.93	ақ қырыққабат	0.0594	0.0990	0.0990	200.0	250.00	250.00
				400.93	сәбіз	0.0066	0.0110	0.0110			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				918.92	алма	0.0150	0.0200	0.0200			

				454.08	қант	0.0036	0.0060	0.0060			
				711.46	өсімдік майы	0.0036	0.0060	0.0060			
сыыр етінен палау	150	200	200	2554.79	күрші жармасы	0.1310	0.1550	0.1550	450.0	540.00	540.00
				522.55	өсімдік майы	0.0600	0.0690	0.6900			
				711.46	пияз	0.0150	0.0170	0.0170			
				400.93	сәбіз	0.0150	0.0200	0.0200			
				400.93	сыыр еті	0.0200	0.0230	0.0230			
лимон қосылған шай	200	200	200	5066.00	қара байха шайы	0.0020	0.0020	0.0020	120.00	120.00	120.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
				918.92	лимон	0.0100	0.0100	0.0100			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.0	25	27
тамақтану рационның құны									785.00	935.00	937.00

Бейсенбі

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
балық котлеттері	80	100	100	1674.77	ж/т балық	0.1250	0.1450	0.1450	285.00	350.00	350.00
				711.46	өсімдік майы	0.0064	0.0080	0.0080			
				172.55	бидай наны	0.0104	0.0130	0.0130			
				437.37	сүт	0.0160	0.0200	0.0200			
				159.10	бидай ұны	0.0064	0.0080	0.0080			
				400.93	өсімдік майы	0.0040	0.0050	0.0050			
қаймақ тұздығы	20	25	25	1547.00	қаймақ	0.0200	0.0250	0.0250	50.000	60.000	60.000
				4207.46	сары май	0.0010	0.0010	0.0010			
Гарнир картоп езбесі	100	150	150	333.33	бидай ұны	0.0010	0.0010	0.0010	200.000	300.000	300.000
				151.65	картоп	0.1152	0.1728	0.1728			
				437.37	сүт	0.0220	0.0280	0.0280			
				4207.46	сары май	0.0100	0.0150	0.0150			
кисель	200	200	200	1022.42	кисель	0.0150	0.0150	0.0150	150.00	150.00	150.00
				1055.42	жаңа піскен жемістер	0.0100	0.0100	0.0100			
				454.08	қант	0.0100	0.0100	0.0100			
				1506.98	лимон қышқылы	0.0010	0.0010	0.0010			
				0.00	су	0.1900	0.1900	0.1900			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационның құны									1344.00	1619.55	1703.04

Жұма

Тағамдардың атауы	Тағамның шығуы, гр.			Бағасы, тг	Тағамның ингредиенттері	брутто салмағы, кг			сома, тг		
	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	6 (7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
үй кеспесі	200/25	250/30	250/30	522.55	макарондар (кеспе)	0.0520	0.0650	0.0650	280.00	300.00	300.00
				1572.81	күс еті	0.0840	0.1020	0.1020			
				151.65	картоп	0.0380	0.0500	0.0500			
				400.93	сәбіз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	пияз	0.0100	0.0130	0.0150			
				400.93	көк шөп	0.0050	0.0050	0.0050			
				711.46	өсімдік майы	0.0080	0.0100	0.0120			
қатты ірімшік	20	20	20	5077.63	қатты ірімшік	0.0200	0.0250	0.0400	90.00	95.00	185.00
жеміс	120	120	120	918.92	алма	0.1200	0.1200	0.1200	120.00	120.00	135.00
қант қосылған шай	200	200	200	5066.00	шай (демдеме)	0.0020	0.0020	0.0020	70.00	70.00	70.00
				0.00	су	0.2000	0.2000	0.2000			
				454.08	қант	0.0070	0.0070	0.0070			
нан	20	35	40	654.59	қарабидай-бидай наны	0.0200	0.0350	0.0400	15.00	25.00	27.00
тамақтану рационның құны									575.00	610.00	717.00
									637	745	794

Ескерту:

*Тағамдарды дайындаған кезде тұзды 1 гр артық қолданбау. Бір рет қабылдағанда бастауыш сыныптарда, үлкен балаларға 1,5 гр артық емес.

ДДСҰ ұсынған

Мемлекеттік атаулы әлеуметтік көмек алуға құқығы бар отбасылардан, сондай-ақ жан басына шаққандағы орташа табысы ең төменгі күнкөріс деңгейінен төмен мемлекеттік атаулы әлеуметтік көмек алмайтын отбасылардан шыққан орта білім беру ұйымдарының білім алушыларын және жетім балаларды, ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларды бір реттік мектепте тамақтандырудың 2024-2025 оқу жылына арналған нормалары

Атау	1 кг-ның бағасы, теңге	6,5% инфляция коэффициентін есепке алғмен	Мектеп жасындағы бір балаға норма (5 күн есебінен күніне грамм)					
			6 (7)-10 жас	сома	11-14 жас	сома	15-18 жас	сома
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Азық-түліктер								
бидай ұны	149.39	159.10	4	0.53	5	0.62	7	0.87
қарабидай-бидай наны	614.64	654.59	20	10.91	35	17.93	40	20.49
қалыпты бидай наны	162.02	172.55	3	0.43	4	0.54	5	0.68
көптірілген нан	984.00	1047.96	2	1.75	2.3	1.89	3	2.46
макарондар, бұршақ тұқымдастар, жармалар	490.66	522.55	26	11.32	35	14.31	42	17.17
қартон	142.39	151.65	42	5.31	50	5.93	57	6.76
көкөністер және басқа шөп түрлері	376.46	400.93	84	28.07	100	31.37	118	37.02
жана піскен жемістер	862.84	918.92	100	76.58	100	71.90	100	71.90
жеміс шырыны	504.00	536.76	33	14.76	33	13.86	33	13.86
көптірілген жемістер (күрғақ итмұрын)	991.00	1055.42	1	0.88	1	0.83	1	0.83
қант	426.37	454.08	7	2.65	8	2.84	9	3.20
бал	3418.00	3640.17	5	15.17	5	14.24	5	14.24
ет (сипар еті)	2398.86	2554.79	61	129.87	73	145.93	80	159.92
құс еті	1476.82	1572.81	28	36.70	33	40.61	40	49.23
жана ауланған балық	1572.55	1674.77	22	30.70	26	34.07	28	36.69
сүт, қышқыл сүт өнімдері	410.68	437.37	106	38.63	107	36.62	108	36.96
сүзбе	1574.14	1676.46	12	16.76	14	18.36	16	20.99
сүзбеше	2988.00	3182.22	50	132.59	50	124.50	50	124.50
ірімшік	4767.73	5077.63	2	8.46	3	11.92	3	11.92
сары май	3950.67	4207.46	5	17.53	6	19.75	8	26.34
жұмыртқа	48.78	51.95	1	43.29	3	121.95	3	121.95
өсімдік майы	668.04	711.46	11	6.52	14	7.79	15	8.35
кисель	1254.00	1335.51	4	4.45	4	4.18	4	4.18
қартон крахмалы	1740.00	1853.10	2	3.09	2	2.90	2	2.90
іодталған тұз	55.82	59.45	1	0.05	1.5	0.07	2	0.09
лимон қышқылы	1415.00	1506.98	0.2	0.25	0.2	0.24	0.2	0.24
ЖИНЫ				637		745		794