



«Көсембай негізгі мектебі»  
Жалпыға бірдей міндетті білім беру қорынан тегін ыстық тамақпен тамақтанудың  
ұйымдастырылуы бойынша жылдық жұмыс жоспары

2021-2022 оқу жылы

№ р/с	Іс-шаралар	Орындау мерзімдері	Жауаптылар	Есеп беру нысандары
1	2021-2022 оқу жылы бойынша ЖБББ қорынан тегін тамақтанатын оқушылардың тізімін құру	Ай сайын	Комиссия мүшелері	Тізім
2	Тегін ыстық тамақпен тамақтанатын оқушылар туралы мәліметтер жинақтау	Қыркүйек Қаңтар	Әлеуметтік педагог комиссия мүшелері, сынып жетекшілері	Жинақ бумасы
3	Мектеп сайтында «Мектептік тамақтандыру» айдарында білім алушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру жөніндегі ақпаратты (перспективалық ас мәзірі, тағамдардың фотосуреті, жұмыс жоспары, тамақтану сапасының мониторингі жөніндегі комиссиялар мен топтардың актілері және т.б.) орнату	Үнемі	Әлеуметтік педагог	Мектеп сайтындағы жариялым
4	Мектеп асханасына тегін ыстық тамақпен қамтылған оқушылардан тамақтандыру мен тамақтандыруды ұйымдастыру жұмыстарының сапасы жөнінде сауалнамаларды алу	Қыркүйек Қаңтар	Әлеуметтік педагог	Сауалнама, мәлімет
5	Оқушыларға дұрыс тамақтану, тамақтану әдептері, мектеп асханасында тамақтанудың ережелері тақырыптарында түсіндірме жұмыстарын жүргізу	Қыркүйек Қаңтар Наурыз	Мектеп медбикесі	Мәлімет
6	Мектеп асханасында кезекшілік кестесін құру	Ай сайын	М.Сисенов	Кесте
7	Тегін ыстық тамақпен тамақтанатын оқушылардың тамақтануын қадағалау	Үнемі бекітілген кесте бойынша	Комиссия мүшелері	Мәлімет
8	Асханада тамақтың сапасын тексеру (ақт қорытындысы)	Үнемі	Комиссия мүшелері	АКТ
9	Кезекшіліктің уақытылы өтілуін күнделікті қадағалау	Үнемі	М.Сисенов	Кезекшілік кестесі
10	Тегін ыстық тамақпен қамтылған оқушылардың «Ұлттық білім беру базасы (НОБД)» ақпаратын жанарту	Үнемі	М.Сисенов	Мәлімет

Орынд: Әлеум. пед. – М.Сисенов

Бұйрық № 58

Көсембай негізгі мектебі бойынша

06.09.2021ж

**Мектеп асханасындағы ыстық тамақтың берілуі туралы**

Ақтөбе облысының білім басқармасы 13.08.2021 жылғы №3-15-2/3162-И Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігінің хаты негізінде (бұдан әрі – Министрлік) мектепте тамақтандыруды ұйымдастыруға қатысты, шектеу іс – шаралары, оның ішінде карантин кезеңінде мектепте тамақтандыруды ұйымдастыру ҚР Бас мемлекеттік санитариялық дәрігерінің 2020 жылғы 25 желтоқсандағы №67 қаулысымен бекітілген мектеп асханалары қызметінің тәртібіне қойылатын талаптарға сәйкес төмендегі оқушылар ыстық тамақпен қамтылсын:

1. Боранбай Айдана 6 сынып
2. Боранбай Әбілмансұр 4 сынып
3. Абдолова Ақтолқын 8 сынып
4. Абдолов Есенкелді 5 сынып
5. Абдолова Жаңагүл 3 сынып

Осы бұйрықтың орындалуын қадағалау әлеуметтік педагог М.Ж.Сисенов пен мектеп мейірбекесі Б.Қожақоваға жүктелсін.

Мектеп директоры:  Д.М.Елгондина



## Көсембай негізгі мектебі «КММ»

### Көсембай негізгі мектебі бойынша 2021-2022 оқу жылына ыстық тамақ бойынша талдауы

Ақтөбе облысының білім басқармасы 13.08.2021 жылғы №3-15-2/3162-И Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігінің хаты негізінде (бұдан әрі-Министірлік ) мектепте тамақтандыруды ұйымдастыруға қатысты, шектеу іс шаралары, оның ішінде карантин кезеңінде мектепте тамақтандыруды ұйымдастыру ҚР Бас мемлекеттік санитарлық дәрігерінің 2020 жылғы 25 желтоқсандағы №67 қаулысымен бекітілген мектеп асханалары қызметінің тәртібіне қойылатын талаптарға сәйкес оқушылар ыстық тамаққа алынып жеңілдетілген тегін ыстық тамақпен қамтылды.

Жалпылама білім беру қорынан 2021 жылы бөлінген қаражатына сәйкес сыныптың жетім, жартылай жетім, көп балалы, тұрмыс жағдайы төмен, атаулы әлеуметтік көмекті қажет ететін оқушылар тегін ыстық тамақпен қамтамасыз етілді. Ыстық тамақ бойынша әр ауысымға кесте құрылып, кесте бойынша сынып жетекшілердің қадағалануы бойынша ыстық тамақпен тамақтанады. Мектепте әке-шешесінің қарауынсыз қалған жетім, жартылай жетім, аз қамтылған отбасынан, көпбалалы отбасынан шыққан 5 оқушы ыстық тамаққа алынды.

1. Боранбай Айдана 6 сынып
2. Боранбай Әбілмансұр 4 сынып
3. Абдолова Ақтолқын 8 сынып
4. Абдолов Есенкелді 5 сынып
5. Абдолова Жанагүл 3 сынып оқушылары ыстық тамақпен қамтамасыз етілді.

Тамақ өнімдерінің сапасы, тағамдардың дайындалу технологиясы талапқа сай. Асханадағы тазалық ережелерінің нормалары сақталған.

Азық – түліктердің сақталуы мен тұтыну мерзімі талапқа сай. Бекітілген мәзір бойынша дайын ас көлемінің шығымы өз деңгейінде.





*М.Бертезова*  
 Ақтөбе облысының білім басқармасы басшысының  
 орынбасары

Ойыл аудандық немесе қалалық білім бөлімі бойынша жалпы білім беретін ұйымдарда мектеп оқушыларының тағамын ұйымдастыруға арналған 4 апталық АС МӘЗІРІ

4 апталық ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға көрсеткіші 507 тенге

1 апта  
 1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кт (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кеспе көжесі	200/25	230/25	250/25	құнарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72
				жұмыртқа	5	6	7	74	0,37	0,44	0,52
				сүт	3	3	3	0,00	0,00	0,00	
				Иодталған тұз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				пияз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				сары май	4	5	5	548	2,19	2,74	2,74
				бульон	189	217	237	0,00	0,00	0,00	
				сиыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Ет тефтели	80	90	100	сиыр еті (котлетке арналған ет)	69	78	87	1681	115,99	131,12	146,25
				бидай наны	11	12	13	147	1,62	1,76	1,91
				сүт	16	18	20	246	3,94	4,43	4,92
				пияз	32	36	40	75	2,40	2,70	3,00
				өсімдік майы	4	5	6	556	2,22	2,78	3,34
				құнарландырылған бидай ұны	5	6	7	136	0,68	0,82	0,95
				сары май	4	5	5	548	2,19	2,74	2,74
				қарақұмық жармасы	48	62	71	401	19,25	24,86	28,47
Гарнир: бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	сары май	4	5	6	548	2,19	2,74	3,29
				ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Ара балы	10	10	10	100	1695	169,50	169,50	169,50			
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Сүт	200	200	200	сүт	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Нан	20	35	40	бидай наны	897	1027	1110	488,13	514,78	536,85	
Калориялығы, ккал											

Орта есеппен 513

Тапта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25	сұзы жармасы	20	23	25	379	7,58	8,72	9,48
				сәбіз	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				пияз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон	200	230	251		0,00	0,00	0,00
				сиыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	ақ қауданды қырыққабат	41	55	69	80	3,28	4,40	5,52
				сәбіз	18	24	30	87	1,57	2,09	2,61
				өсімдік майы	8	11	13	556	4,45	6,12	7,23
Үй қуырдағы (жарқос)	200	200	200	сиыр еті	79	79	79	1681	132,80	132,80	132,80
				картон	178	178	178	89	15,84	15,84	15,84
				пияз	16	16	16	75	1,20	1,20	1,20
				қызылқанды пастасы	8	8	8	601	4,81	4,81	4,81
				өсімдік майы	7	7	7	556	3,89	3,89	3,89
				кестірілген жеміс	8	8	8	1871	14,97	14,97	14,97
Жемістен киесель	200	200	200	сәбіз	24	24	24	251	6,02	6,02	6,02
				картон крахмалы	10	10	10	410	4,10	4,10	4,10
				лимон қышқылы	0,3	0,3	0,3	753	0,23	0,23	0,23
				су	218	218	218		0,00	0,00	0,00
				алма	200	200	200	488	97,60	97,60	97,60
Нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
Калориялығы, кккал					775	869	888		395,90	403,36	407,77

1 анга  
3-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто,г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рассольник (тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25	картон	80	92	100	89	7,12	8,19	8,90
				пияз	10	12	13	75	0,75	0,90	0,98
				тұздалған қияр	14	16	17	628	8,79	10,05	10,68
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон или вода	140	161	175		0,00	0,00	0,00
				сiыр етi	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Бұқтырылған ет (сiыр етi)	80	90	100	сiыр етi	181	205	226	1681	304,26	344,61	379,91
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87
				пияз	8	9	10	75	0,60	0,68	0,75
				өсімдік майы	8	9	10	556	4,45	5,00	5,56
				қызылқанды пастасы	19	21	24	601	11,42	12,62	14,42
				күнарландырылған бидай ұны	6	7	8	136	0,82	0,95	1,09
				ак қауданды қырықсабағ	143	186	215	80	11,44	14,88	17,20
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
Гарнир: бұқтырылған қырықсабағ	100	130	150	сәбіз	3	4	4	87	0,26	0,35	0,35
				пияз	5	7	7	75	0,38	0,53	0,53
				қызылқанды пастасы	9	12	13	601	5,41	7,21	7,81
				күнарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0,14	0,14	0,14
				шекер	3	4	5	251	0,75	1,00	1,26
				сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				айран	200	200	200	280	56,00	56,00	56,00
				нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Калориялығы, ккал				877	989	1055		680,94	734,86	778,14	

Тапта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ көкесі (фасоль)	200/25	230/25	250/25	картон	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45
				урме бұршақ (фасоль)	16	18	20	128	2,05	2,30	2,56
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87
				пшөз	8	9	10	75	0,60	0,68	0,75
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон	140	161	175		0,00	0,00	0,00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Сәбізден салат	60	80	100	сәбіз	64	86	108	87	5,57	7,48	9,40
				кәрт	4	5	6	251	1,00	1,26	1,51
				өсімдік майы	6	8	10	556	3,34	4,45	5,56
Балық тоғталы	80	90	100	балық	109	123	137	800	87,20	98,40	109,60
				бидай наны	11	12	13	147	1,62	1,76	1,91
				сүт	16	18	20	246	3,94	4,43	4,92
				пшөз	13	15	17	75	0,98	1,13	1,28
				құнарландырылған бидай ұны	6	7	8	136	0,82	0,95	1,09
				өсімдік майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89
Гарнир: сүт қатылған көкөніс	75/26	100/30	120/30	сәбіз	19	25	30	87	1,65	2,18	2,61
				картон	20	27	32	89	1,78	2,40	2,85
				горшек	12	16	19	1533	18,40	24,53	29,13
				ақ қауданды қырықдабат	19	25	30	80	1,52	2,00	2,40
				сүт қатығы	26	30	30	246	6,40	7,38	7,38
				сүт	10	12	12	246	2,46	2,95	2,95
				сары май	1	1	1	548	0,55	0,55	0,55
				құнарландырылған бидай ұны	1	1	1	136	0,14	0,14	0,14
				бульон или вода	10	12	12		0,00	0,00	0,00
				кәрт	1	1	1	251	0,25	0,25	0,25
				көп дәруменді шырын	200	200	200	317	63,40	63,40	63,40
				Балан	200	200	200	481	96,20	96,20	96,20
Нан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88				
Қалыңдығы, мм				718	910	987	402,81	431,72	455,06		



Ғанга  
5-ші сүз

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Харчо көкөсі	200/25	230/25	250/25	күріш жармасы	15	17	18	197	2,96	3,35	3,55
				пияз	19	22	24	75	1,43	1,65	1,80
				сары май	8	9	10	548	4,38	4,93	5,48
				петрушка	8	9	10	253	2,02	2,28	2,53
				қызылқанды пастасы	6	7	8	601	3,61	4,21	4,81
				йодталған тұз	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04
				бульон	200	230	250		0,00	0,00	0,00
Ет қотлеті	75/5	85/5	95/5	смыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				смыр еті (қотлетке арналған ет)	75	86	96	1681	126,08	144,57	161,38
				бидай наны	14	16	18	147	2,06	2,35	2,65
				сүт	19	22	25	246	4,67	5,41	6,15
				келтірілген нан	8	9	10	147	1,18	1,32	1,47
				осымдік майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89
				сары май	6	7	8	548	3,29	3,84	4,38
Құрамалы ғарпир: пісірілген күріш және қартон етбесі	100	130	150	күріш жармасы	20	26	30	197	3,94	5,12	5,91
				сары май	5	7	8	548	2,74	3,84	4,38
				қартон	57	74	86	89	5,07	6,59	7,65
				сүт	8	10	11	246	1,97	2,46	2,71
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Қалориялығы, ккал</b>					<b>927</b>	<b>1055</b>	<b>1145</b>		<b>500,43</b>	<b>529,72</b>	<b>553,94</b>



Папта  
1-ші күй

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Борщ	200/25	230/25	250/25	қымылпа	30	35	38	106	3,18	3,71	4,03
				ақ қауанды қырыққабат	23	26	28	80	1,84	2,08	2,24
				қызанақ пастасы	5	6	7	601	3,01	3,61	4,21
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87
				петрушка	2	2	2	253	0,51	0,51	0,51
				пияз	7	8	9	75	0,53	0,60	0,68
				йодталған тұз	1,5	2	2	42	0,06	0,08	0,08
				өсімдік майы	3	3	3	556	1,67	1,67	1,67
				кәбіт	1,5	2	2	251	0,38	0,50	0,50
				бульон	120	138	150		0,00	0,00	0,00
				сыыр еті	50	50	50	1681	84,05	84,05	84,05
Турама зразылар (фаринган котлет)	80	90	100	сыыр еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100,86	114,31	127,76
				бидай наны	9	10	11	147	1,32	1,47	1,62
				сүт	12	14	16	246	2,95	3,44	3,94
				пияз	35	40	45	75	2,63	3,00	3,38
				өсімдік майы	9	10	11	556	5,00	5,56	6,12
				жұмыртқа	5	6	7	74	0,37	0,44	0,52
				кестірілген нан	7	8	9	147	1,03	1,18	1,32
Гарнир: арпа жармасы	100	130	150	арпа жармасы	36	47	54	179	6,44	8,41	9,67
				сары май	4	5	6	548	2,19	2,74	3,29
				бульон	73	95	110		0,00	0,00	0,00
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Калориялыгы, ккал</b>					<b>844</b>	<b>978</b>	<b>1052</b>		<b>460,16</b>	<b>481,80</b>	<b>500,82</b>

II анга  
2-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Харчо көжесі	200/25	230/25	250/25	күрші жармасы	15	17	18	197	2,96	3,35	3,55
				пияз	19	22	24	75	1,43	1,65	1,80
				сары май	8	9	10	548	4,38	4,93	5,48
				петрушка	8	9	10	253	2,02	2,28	2,53
				қызанақ пастасы	6	7	8	601	3,61	4,21	4,81
				йодталған тұз	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04
				бульон	200	230	250		0,00	0,00	0,00
				сmyр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Ақ қауданды қырыққабатсалаты	60	80	100	ақ қауданды қырыққабат	58	78	98	80	4,64	6,24	7,84
				шөптесін	7	9	11	380	2,66	3,42	4,18
				қант	4	5	6	251	1,00	1,26	1,51
				өсімдік майы	4	5	6	556	2,22	2,78	3,34
Үй қуырдағы (жарқос)	200	200	200	сmyр еті	79	79	79	1681	132,80	132,80	132,80
				картон	178	178	178	89	15,84	15,84	15,84
				пияз	15	15	15	75	1,13	1,13	1,13
				қызанақ пастасы	11	11	11	601	6,61	6,61	6,61
				өсімдік майы	7	7	7	556	3,89	3,89	3,89
Кеттірілген жеміс қосындысынан компот	200	200	200	Алма мен алмұрт	20	20	20	488	9,76	9,76	9,76
				қант	20	20	20	251	5,02	5,02	5,02
Алма	200	200	200	алма	200	200	200	488	97,60	97,60	97,60
Наан	20	35	40	бидай наан	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Калориялығы, ккал					769	830	870		391,33	398,72	404,37

II апта  
3-ш күн

Тагамдын атауы	Тагамдын шактымы, г			Тагамдын ингредиенттери	Брутто, г			Багаасы, кг (тенге)	Багаасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кесте кожеси	200/25	230/25	250/25	кунорлангырылган бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72
				жумуртка	5	6	7	74	0,27	0,44	0,52
				су	3	3	3		0,00	0,00	0,00
				водозалган туз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				пишк	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				сары май	4	5	5	548	2,19	2,74	2,74
				бульон	189	217	237		0,00	0,00	0,00
синар етi	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77				
Палшу (синар етiнен)	150/50	150/50	150/50	синар етi	107	107	107	1681	179,87	179,87	179,87
				курш жармасы	51	61	68	197	10,05	12,02	13,40
				өсімдiк майы	8	10	11	556	4,45	5,56	6,12
				пишк	9	11	12	75	0,68	0,83	0,90
				сәбіз	14	17	19	87	1,22	1,48	1,65
				кызанақ пастасы	16	19	21	601	9,62	11,42	12,62
Сүзбеше	100	100	100	сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Айран	200	200	200	айран	200	200	200	280	56,00	56,00	56,00
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Калориялыгы, ккал</b>					<b>818</b>	<b>912</b>	<b>961</b>		<b>530,51</b>	<b>538,98</b>	<b>543,53</b>



Панна  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның мөлдірі, г			Тағамның ингредиенттері	Бұрыш			Қалыңдығы, см	Қалыңдығы, см						
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас				
Бұрыш қоныс (фасоль)	200/25	230/25	250/25	үрім бұрыш (фасоль)	16	18	20	128	2,05	2,20	2,36				
				картон	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45				
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87				
				пшк	8	9	10	75	0,60	0,68	0,75				
				осымдық майы	4	5	5	556	2,32	2,78	2,78				
				бұтыл	140	161	175		0,00	0,00	0,00				
Бұтыл қоныс қалыңдығы	60	80	100	ж. қалыңдығы қырыққабат	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77				
	60	80	100	сәбіз	41	55	69	80	3,78	4,80	5,52				
				осымдық майы	18	24	30	87	1,57	2,09	2,64				
Бұтыл қоныс қалыңдығы	75/50	75/50	75/50	осымдық майы	8	11	11	556	4,45	6,12	7,11				
				бұтыл	112	115	120	800	89,60	92,00	96,00				
				су	27	27	27		0,00	0,00	0,00				
				сәбіз	23	23	23	87	2,00	2,00	2,00				
				сәбіз	3,00	3,00	3,00	253	0,76	0,76	0,76				
				пшк	10	10	10	75	0,75	0,75	0,75				
				осымдық майы	10	10	10	601	6,01	6,01	6,01				
				осымдық майы	5	5	5	556	2,78	2,78	2,78				
				бұтылған сүз	1	1	1	42	0,04	0,04	0,04				
				сәбіз	19	25	30	87	1,65	2,18	2,64				
Гарнир: сүз қалыңдығы қоныс	75/26	100/30	120/30	картон	20	22	22	89	1,78	2,40	2,85				
				ж. қалыңдығы қырыққабат	19	25	30	80	1,52	2,00	2,36				
				сүз қалыңдығы	26	30	30	246	6,40	7,38	7,38				
				сүз	10	12	12	246	2,46	2,95	2,95				
				сары май	1	1	1	548	0,55	0,55	0,55				
				күртделген қырыққабат бұтылған ұны	1	1	1	136	0,14	0,14	0,14				
				бұтыл	10	12	12		0,00	0,00	0,00				
				қант	1	1	1	251	0,25	0,25	0,25				
				Шай қалыңдығы	200	200	200	шай қалыңдығы	200	200	200	317	63,40	63,40	63,40
				Бана	200	200	200	бана	200	200	200	481	96,20	96,20	96,20
Пан	20	35	40	бұтылған панна	20	35	40	147	2,94	5,15	5,80				
Қалыңдығы, мм					809	896	954		388,42	400,95	410,49				

Нәтижесі  
5-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның мөлдірі, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто			Бағасы, кә (тенге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Көкөніс қоспасы	200	230/25	250/25	ақ қызыл қызыл қызыл	20	25	25	80	1,60	1,84	2,00
				картон	53	61	66	89	4,72	5,43	5,87
				сәбіз	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				пәлсау	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				көк бұрыш консервіленген	9	10	11	1533	13,80	15,33	16,86
				оспама майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				булмын	151	174	190		0,00	0,00	0,00
смайт	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77				
Ет бітешіктері	75,5	85,5	95,5	смайт (көкәтәк арнаған ет)	75	86	96	1681	126,08	144,57	161,38
				бидай шыны	14	16	18	147	2,06	2,35	2,65
				сүт	18	21	24	246	4,43	5,17	5,90
				көкәтәк пен	8	9	10	147	1,18	1,32	1,47
				оспама майы	5	6	7	556	2,78	3,34	3,89
Тартып: бөстәріленген күрші	100	130	150	сары май	6	7	8	548	3,29	3,84	4,38
				күрші	37	48	55	356	13,17	17,09	19,58
				сары май	4	5	6	548	2,19	2,74	3,29
Ара балы	10	10	10	булмын	73	95	110		0,00	0,00	0,00
				ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Сүзбеке	100	100	100	сүзбеке	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Шай	20	35	40	бидай шыны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Қалыңдығы, мм					899	1035	1121		511,36	542,10	567,26

III анна  
I-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығарымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Вермишель едәлдігімен кәбік	200/25	230/25	250/25	вермишель	16	18	20	305	4,88	5,49	6,10
				сәбіз	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				пиво	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,72	2,78	2,78
				кызаншақ пістем	3	3	3	571	1,71	1,71	1,71
				булдиш	191	220	240		0,00	0,00	0,00
				свар еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Бұлттарымен свар еті(позжарса)	80	90	100	свар еті	171	193	214	1681	287,45	324,43	359,73
				пиво	37	42	47	75	2,78	3,15	3,53
				өсімдік майы	11	12	13	556	6,12	6,67	7,23
				кызаншақ пістем	14	16	18	571	7,99	9,14	10,28
Гарнир: бұлттарымен піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жарма	48	67	71	401	19,25	24,86	28,47
Ара бісы	10	10	10	сары май	4	5	6	548	2,19	2,74	3,29
Сүзбеше	100	100	100	ара бісы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Сүт	200	200	200	сүзбеше	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Нан	20	25	40	сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
				бөксей тана	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>989</b>	<b>1117</b>	<b>1207</b>		<b>668,45</b>	<b>717,29</b>	<b>760,32</b>



III анта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кт (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұршақ көжесі (фасоль)	200/25	230/25	250/25	картон	40	46	50	89	3,56	4,09	4,45
				үрме бұршақ (фасоль)	16	18	20	128	2,05	2,30	2,56
				сәбіз	8	9	10	87	0,70	0,78	0,87
				пияз	8	9	10	75	0,60	0,68	0,75
				осімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон	140	161	175		0,00	0,00	0,00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Сәбізден салат	60	80	100	сәбіз	64	86	108	87	5,57	7,48	9,40
				кәбіт	4	5	6	251	1,00	1,26	1,51
				осімдік майы	6	8	10	556	3,34	4,45	5,56
Пісірілген тауық еті	80	90	100	тауық еті	165	186	208	568	93,72	105,65	118,14
				пияз	3	3	3	75	0,23	0,23	0,23
Гарнир: пісірілген макарон	100	130	150	макарон	36	47	54	327	11,77	15,37	17,66
				сары май	12	16	18	548	6,58	8,77	9,86
Көп дәруменді шырын	200	200	200	көп дәруменді шырын	200	200	200	317	63,40	63,40	63,40
Алмұрт	200	200	200	алмұрт	200	200	200	659	131,80	131,80	131,80
Нан	20	35	40	бидәй наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Калориялығы, ккал					786	934	1030		420,24	444,95	465,62

Орта есеппен 444

III апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Рассольник (тұздықты көже)	200/25	230/25	250/25	картон	80	92	100	89	7,12	8,19	8,90
				пияз	10	12	13	75	0,75	0,90	0,98
				тұздалған қыяр	14	16	17	628	8,79	10,05	10,68
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				су	140	161	175		0,00	0,00	0,00
Турама азықтар (фарш котлеті)	80	90	100	сирь еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сирь еті (котлетке арналған ет)	60	68	76	1681	100,86	114,31	127,76
				бидай наны	9	10	11	147	1,32	1,47	1,62
				сүт	12	14	16	246	2,95	3,44	3,94
				пияз	35	40	45	75	2,63	3,00	3,38
				өсімдік майы	9	10	11	556	5,00	5,56	6,12
				жұмыртқа	5	6	7	74	0,37	0,44	0,52
				көптірілген нан	7	8	9	147	1,03	1,18	1,32
Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	күріш	37	48	55	356	13,17	17,09	19,58
				сары май	4	5	6	548	2,19	2,74	3,29
				бульон	73	95	110		0,00	0,00	0,00
Сүзбесе	100	100	100	сүзбесе	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Айран	200	200	200	айран	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Нан	20	35	40	бидай наны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Қалориялығы, ккал</b>					<b>863</b>	<b>973</b>			<b>460,83</b>	<b>485,77</b>	<b>506,19</b>

III анга  
4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Жарма салынған көже	200/25	230/25	250/25	сұлы жармасы	20	23	25	379	7,58	8,72	9,48
				сәбіз	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				пияз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				өсімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бульон	200	230	250		0,00	0,00	0,00
				смыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
Балғын коконіс салаты	60	80	100	ақ қауданды қырыққабат	41	55	69	80	3,28	4,40	5,52
				сәбіз	18	24	30	87	1,57	2,09	2,61
				өсімдік майы	8	11	13	556	4,45	6,12	7,23
Бөктірілген балық	75/50	75/50	100/50	балық	142	142	190	800	113,60	113,60	152,00
				пияз	4	4	5	75	0,30	0,30	0,38
				петрушка	5	5	7	253	1,27	1,27	1,77
				ақ қатық иегізгі	50	50	50	246	12,30	12,30	12,30
				бульон	55	55	55		0,00	0,00	0,00
				сары май	3	3	3	548	1,64	1,64	1,64
				қунарландырылған бидай ұшы	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41
				пияз	2	2	2	75	0,15	0,15	0,15
Гарнир: қартон сәбесі	100	130	150	қартон	115	150	174	89	10,24	13,35	15,49
				сүт	17	22	26	246	4,18	5,41	6,40
				сары май	7	9	10	548	3,84	4,93	5,48
Жемістен кисель	200	200	200	кептірілген жеміс	8	8	8	1871	14,97	14,97	14,97
				кап	24	24	24	251	6,02	6,02	6,02
				қартон крахмалы	10	10	10	440	4,40	4,40	4,40
				лимон қышқылы	0,3	0,3	0,3	753	0,23	0,23	0,23
				су	218	218	218		0,00	0,00	0,00
Банан	200	200	200	банан	200	200	200	481	96,20	96,20	96,20
Нап	20	35	40	бидай напы	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Калориялығы, ккал</b>					<b>826</b>	<b>928</b>	<b>1024</b>		<b>384,18</b>	<b>397,08</b>	<b>444,14</b>



III анта  
5-ші сұн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (теңге)	Бағасы, теңге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Үй кесіе көжесі	200/25	230/25	250/25	қунарландырылған бидай ұны	16	18	20	136	2,18	2,45	2,72
				жұмыртқа	5	6	7	74	0,37	0,44	0,52
				су	3	3	3		0,00	0,00	0,00
				йодталған тұз	0,4	0,4	0,4	42	0,02	0,02	0,02
				пияз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				сары май	4	5	5	548	2,19	2,74	2,74
				бульон	189	217	236		0,00	0,00	0,00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сыыр еті	96	96	96	1681	161,38	161,38	161,38
Рагу (сыыр етінен)	140/60	140/60	140/60	сыыр еті	8	8	8	556	4,45	4,45	4,45
				өсімдік майы	120	120	120	89	10,68	10,68	10,68
				картон	24	24	24	87	2,09	2,09	2,09
				сәбіз	11	11	11	75	0,83	0,83	0,83
				пияз	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41
				қунарландырылған бидай ұны	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
				ара балы	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
				сүзбеле	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
				сүт	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
Нан	20	35	40	748	790	804	517,48	520,65	521,81		

Калориялығы, ккал

Орта есеппен 520

Панна  
1-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның салтымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г			Бағасы, кг (тенге)	Бағасы, тенге		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Балғын қырыққабаттан шн	200/25	230/25	250/25	ақ қандан ды қырыққабат	69	79	86	80	5,52	6,32	6,88
				сәбіз	11	13	14	87	0,96	1,13	1,22
				петрушка	3	3	3	253	0,76	0,76	0,76
				пияз	9	10	11	75	0,68	0,75	0,83
				қызылқанды пастасы	3	3	3	601	1,80	1,80	1,80
				қуырландырылған бидай ұны	3	3	3	136	0,41	0,41	0,41
				осімдік майы	4	5	5	556	2,22	2,78	2,78
				бұдыл	160	184	200		0,00	0,00	0,00
				сыыр еті	54	54	54	1681	90,77	90,77	90,77
				сыыр еті	107	107	107	1681	179,87	179,87	179,87
Пашу (сыыр еті)	150/50	180/50	200/50	күрші жармасы	51	61	68	356	18,16	21,72	24,21
				осімдік майы	8	10	11	556	4,45	5,56	6,12
				пияз	9	11	12	75	0,68	0,83	0,90
				сәбіз	14	17	19	87	1,22	1,48	1,65
				қызылқанды пастасы	16	19	21	601	9,62	11,42	12,62
				ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10	1981	19,81	19,81	19,81
Сүзбелік	100	100	100	сүзбелік	100	100	100	1695	169,50	169,50	169,50
Сүт	200	200	200	сүт	200	200	200	246	49,20	49,20	49,20
Нан	20	35	40	бидай шны	20	35	40	147	2,94	5,15	5,88
<b>Қалориялығы, ккал</b>					<b>885</b>	<b>925</b>	<b>968</b>		<b>558,55</b>	<b>569,25</b>	<b>575,20</b>