

« Утверждаю »
 Директор ТОО
 «А. S. Khan-Company»



Сыздықов А.С.
 «_1_»_сентября_2023г.



Серикбаев А.С.
 «_1_»_сентября_2023г.

2023 жылдарға арналған Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 4 жалпы білім беретін мектебінің "қ-на 15-18 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті ас мәзірі

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 15-18 лет КГУ «Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области» на 20 дней на 2023 год

С «_1_»_сентября_2023 г.

1 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
1 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 1 Понедельник 1	Суп кеспе Курица отварная с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	250 100/50 130 200 35/10	230 176 163,8 72 96,49	
Барлығы: Итого:			738,29	750
Бейсенбі 1 Вторник 1	Салат Хе морковное на растительном масле Суп гороховый Лагман Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	70 250 200 200 35 10	69 140 303,3 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			766,6	750
Сәрсенбі 1 Среда 1	Борщ Жаркое с мясом говядины Напиток лимонный Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	250 200 200 35 60	158 241,6 60 93 150	
Барлығы: Итого:			702,6	750
Бейсенбі 1 Четверг 1	Суп пшеничный Рыба припущенная Гарнир рис припущенный с огурцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	250 100/50 130/30 200 35	164 262 205,9 128,8 93	
Барлығы: Итого:			853,7	750
Жұма 1 Пятница 1	Рассольник Тефтели духовые с соусом Гарнир макаронны отварные Хлеб пшеничный Фрукты	250 100/50 130 35 100	175 345 191,1 93 112	
Барлығы: Итого:			916,1	750
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3977,29	3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			795,458	750

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2 Понедельник 2	Суп лапша по домашнему Котлета из курицы духовая с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	200 80/30 100 200 35/10	184 188,9 126 72 96,49	
Барлығы: Итого:			667,39	750
Сейсенбі 2 Вторник 2	Борщ Плов из говядины Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	200 200 200 35 10	126 303,2 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			683,5	750
Сәрсенбі 2 Среда 2	Салат витаминный на растительном масле Суп гороховый Балоньез Напиток каркаде Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	50 200 200 200 35 60	51,9 112 366,05 78 93 150	
Барлығы: Итого:			850,95	750
Бейсенбі 2 Четверг 2	Суп рисовый Рыба запеченная Гарнир пюре картофельное с огурцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	200 80/30 100/30 200 35	130 192 115 128,8 186	
Барлығы: Итого:			751,8	750
Жұма 2 Пятница 2	Свекольник Биточки из мяса говядины духовые с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Фрукты	200 80/30 100 200 35 100	130 188,8 126 115,1 93 112	
Барлығы: Итого:			764,9	750
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3718,54	3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			743,708	750

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	200	184	
Понедельник 3	Гречка по «купечески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:				
Итого:			710,34	750

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	50	32	
Вторник 3	Суп гороховый	200	112	
	Азу с мясом говядины	200	241,6	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			639,9	750

Сәрсенбі 3	Борщ	200	126	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			810,6	750

Бейсенбі 3	Суп пшеничный	200	131	
Четверг 3	Рыба припущенная	80/30	192	
	Гарнир рис припущенный с огурцом	100/30	160,7	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			705,5	750

Жұма 3	Рассольник	200	140	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	80/30	188,8	
	Гарнир пюре картофельное	100	105	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			565,1	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3431,44 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 686,288 750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 4	Биточки из курицы духовые с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Чай с сахаром и молоком	200	171	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:				
Итого:			913,79	750

Сейсенбі 4	Борщ	200	158	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			715,5	750

Сәрсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Среда 4	Суп гороховый	250	140	
	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			917,85	750

Бейсенбі 4	Суп рисовый	250	162,5	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное с огурцом	130/30	146,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			792,8	750

Жұма 4	Свекольник	250	162,5	
Пятница 4	Тефтели духовые с соусом	100/50	345	
	Гарнир макароны отварные	130	191,1	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			1018,7	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 4358,64 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 871,728 750

« Утверждаю »
 Директор ТОО
 «A. S. Khan-Company»



«Согласованно»
 Директор КГУ «ОШ № 4
 города Щучинск отдела
 образования по Бурабайскому
 району управления образования
 Акмолинской области»

Серикбаев А.С.

« 1 » сентября 2023г.

« 1 » сентября 2023г.

2023 жылдарға арналған "Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 4 жалпы білім беретін мектебінің" қ-на 7-10 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті ас мәзірі

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 7-10 лет КГУ «Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области» на 20 дней на 2023 год

С « 1 » сентября 2023 г.

1 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
1 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 1 Понедельник 1	Суп кеспе Курица отварная с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	200 80/30 100 200 35/10	184 146 126 72 96,49	
Барлығы: Итого:			624,49	750
Сейсенбі 1 Вторник 1	Салат Хе морковное на растительном масле Суп гороховый Лагман Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	50 200 200 200 35 10	41 112 303,3 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			710,6	750
Сәрсенбі 1 Среда 1	Борщ Жаркое с мясом говядины Напиток лимонный Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	200 200 200 35 60	126 241,6 60 93 150	
Барлығы: Итого:			670,6	750
Бейсенбі 1 Четверг 1	Суп пшеничный Рыба припущенная Гарнир рис припущенный с огурцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	200 80/30 100/30 200 35	131 192 160,7 128,8 93	
Барлығы: Итого:			705,5	750
Жұма 1 Пятница 1	Рассольник Тефтели духовые с соусом Гарнир макаронны отварные Хлеб пшеничный Фрукты	200 80/30 100 35 100	140 253 147 93 112	
Барлығы: Итого:			745	750
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3456,19	3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			691,238	750

« Утверждаю »
 Директор ТОО
 «А. S. Khan-Company»



«Согласованно»
 Директор КГУ «ОШ № 4
 города Щучинск отдела
 образования по Бурабайскому
 району управления образования
 Акмолинской области »

Серикбаев А.С.

«__1__» сентября 2023г.

«__1__» сентября 2023г.

2023 жылдарға арналған "Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 4 жалпы білім беретін мектебінің" қ-на 11-14 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті ас мәзірі

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 11-14 лет КГУ « Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области » на 20 дней на 2023 год

С «__1__»__сентября__2023 г.

1 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
1 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 1 Понедельник 1	Суп кеспе Курица отварная с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	250 100/50 130 200 35/10	230 176 163,8 72 96,49	
Барлығы: Итого:			738,29	750
Бейсенбі 1 Вторник 1	Салат Хе морковное на растительном масле Суп гороховый Лагман Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	70 250 200 200 35 10	69 140 303,3 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			766,6	750
Сәрсенбі 1 Среда 1	Борщ Жаркое с мясом говядины Напиток лимонный Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	250 200 200 35 60	158 241,6 60 93 150	
Барлығы: Итого:			702,6	750
Бейсенбі 1 Четверг 1	Суп пшенный Рыба припущенная Гарнир рис припущенный с огурцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	250 100/50 130/30 200 35	164 262 205,9 128,8 93	
Барлығы: Итого:			853,7	750
Жұма 1 Пятница 1	Рассольник Тефтели духовые с соусом Гарнир макаронны отварные Хлеб пшеничный Фрукты	250 100/50 130 35 100	175 345 191,1 93 112	
Барлығы: Итого:			916,1	750
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3123,59	3000
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			624,718	600

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	250	230	
Понедельник 3	Гречка по «купчески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:			756,34	
Итого:				750

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	70	44,8	
Вторник 3	Суп гороховый	250	140	
	Азу с мясом говядины	200	241,6	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			680,7	
Итого:				750

Сәрсенбі 3	Борщ	250	158	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			842,6	
Итого:				750

Бейсенбі 3	Суп пшеничный	250	164	
Четверг 3	Рыба припущенная	100/50	262	
	Гарнир рис припущенный с огурцом	130/30	205,9	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			853,7	
Итого:				750

Жұма 3	Рассольник	250	175	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	100	217,8	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			849,4	
Итого:				750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3982,74

3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

796,548

750

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	250	230	
Понедельник 3	Гречка по «купечески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:			756,34	
Итого:				750

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	70	44,8	
Вторник 3	Суп гороховый	250	140	
	Азу с мясом говядины	200	241,6	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			680,7	
Итого:				750

Сәрсенбі 3	Борщ	250	158	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			842,6	
Итого:				750

Бейсенбі 3	Суп пшеничный	250	164	
Четверг 3	Рыба припущенная	100/50	262	
	Гарнир рис припущенный с огурцом	130/30	205,9	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			853,7	
Итого:				750

Жұма 3	Рассольник	250	175	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	1100	217,8	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			849,4	
Итого:				750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3982,74

3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

796,548

750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 4	Биточки из курицы духовые с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Чай с сахаром и молоком	200	171	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:			913,79	750
Итого:				

Сейсенбі 4	Борщ	200	158	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			715,5	750
Итого:				

Сәрсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Среда 4	Суп гороховый	250	140	
	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			917,85	750
Итого:				

Бейсенбі 4	Суп рисовый	250	162,5	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное с огурцом	130/30	146,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			792,8	750
Итого:				

Жұма 4	Свекольник	250	162,5	
Пятница 4	Тефтели духовые с соусом	100/50	345	
	Гарнир макароны отварные	130	191,1	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			1018,7	750
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 4358,64 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 871,728 750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 4	Биточки из курицы духовые с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Чай с сахаром и молоком	200	171	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:				
Итого:			913,79	750

Сейсенбі 4	Борщ	200	158	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			715,5	750

Сәрсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Среда 4	Суп гороховый	250	140	
	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			917,85	750

Бейсенбі 4	Суп рисовый	250	162,5	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное с огурцом	130/30	146,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			792,8	750

Жұма 4	Свекольник	250	162,5	
Пятница 4	Тефтели духовые с соусом	100/50	345	
	Гарнир макароны отварные	130	191,1	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			1018,7	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 4358,64 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 871,728 750

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2 Понедельник 2	Суп лапша по домашнему Котлета из курицы духовая с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	250 100/50 100 200 35/10	230 252,53 126 72 96,49	
Барлығы: Итого:			777,02	750

Сейсенбі 2 Вторник 2	Борщ Плов из говядины Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	250 200 200 35 10	158 303,2 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			715,5	750

Сәрсенбі 2 Среда 2	Салат витаминный на растительном масле Суп гороховый Балоньез Напиток каркаде Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	70 250 200 200 35 60	90,8 140 366,05 78 93 150	
Барлығы: Итого:			917,85	750

Бейсенбі 2 Четверг 2	Суп рисовый Рыба запеченная Гарнир пюре картофельное с огурцом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	250 100/50 130/30 200 35	162,5 262 146,5 128,8 186	
Барлығы: Итого:			885,8	750

Жұма 2 Пятница 2	Свекольник Биточки из мяса говядины духовые с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Фрукты	250 100/50 130 200 35 100	162,5 217,8 163,8 115,1 93 112	
Барлығы: Итого:			864,2	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 4160,37 3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 832,074 750