

Мәзір

1-4 сынып оқушылары мен әлеуметтік қорғалмаған санаттағы отбасылардан шыққан балаларға арналған мектеп асханасында ыстық тамақ

Тағамдардың атауы	1-4 сынып оқушылары			Әлеуметтік қорғалмаған санаттағы отбасылардан шыққан оқушылар					
	7-10 жас			11-14 жас			15-18 жас		
	Шығу гр.	Ккал.	Бағасы тг.	Шығу гр.	Ккал.	Бағасы тг.	Шығу гр.	Ккал.	Бағасы тг.

Дүйсенбі 03.11.2025 жыл

Сары май қосылған сүт ботқасы	200/10	230	725	230/15	264,5	818	250/20	287,5	882
Ірімшік бөліктерінде	10	40		15	60		20	80	
Май бөліктерде	5	44		10	88		15	132	
Қара бидай наны	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Қант қосылған қара шай	180	81		200	90		200	90	
Алма	120	85,1		120	85,1		120	85,1	
		546,8			698,5			785,5	

Сейсенбі 04.11.2025 жыл

Витамин салаты	60	75,72	725	80	100,96	818	100	126,2	882
Сүт-қызанақ соусы қосылған сиыр еті	50/50	150,8		75/50	188,5		80/50	196,04	
Макарон мен май	130/5	145,6		150/7	168		180/10	201,6	
Жеміс-жидек желе	180	96,55		200	107,28		200	107,28	
Қара бидай наны	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Печенье Қоян	30	95		30	95		30	95	
		630,37			770,64			837,02	

Сәрсенбі 05.11.2025 жыл

Көкөніс таяқшалары	60	10,1	725	80	11,7	818	100	16,2	882
Құс Гуляш	50/50	121,9		70/50	158,47		80/50	158,47	
Картон пен сәбіз пюресі	130	104,3		150	136,4		180	141,8	
Денсаулық Сусыны	180	107,1		200	119		200	119	
Қара бидай наны	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Тула Пряник	30	153,6		30	153,6		30	153,6	
		563,7			690,07			699,97	

Бейсенбі 06.11.2025 жыл

Тауық сорпасында бұршақ пюресі сорпасы	200	136,8	725	250	171	818	250	171	882
Поллок фишболдары	50/50	209,6		70/50	251,52		80/50	272,48	
Күнжіт тоқаш	60	192		60	192		60	192	
Қияр	20	15,5		30	23,25		50	38,75	
Қант қосылған сүт қосылған шай	180	42,3		200	47		200	47	
Қара бидай наны	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
		662,9			795,67			832,13	

Жұма 07.11.2025 жыл

Сәбіз салаты	60	67,56	725	80	90,08	818	100	112,6	882
Сиыр палауы	200	270		250	337,5		250	337,5	
Кептірілген жеміс компоты	180	107,1		200	119		200	119	
Қара бидай наны	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Артек Вафли	30	153		30	153		30	153	
		664,36			810,48			833	
Бір апта ішінде барлығы		3 068,13			3 765,36			3 987,62	
Барлығы күніне орта есеппен		613,626			753,072			797,524	
		3 625 теңге			4 090 теңге			4 410 теңге	
		725 теңге			818 теңге			882 теңге	

Калькуляцияны ИІР Щучинская Е. П. құрады:

Мектептегі тамақтану методологиясы



УТВЕРЖДАЮ:

Директор КГУ «Общеобразовательная школа №3 г.Шучинск
отдела образования по Бурабайскому району управления
образования Акмолинской области»
Имеджанов Д.К.

Меню

горячего питания в школьной столовой для учащихся 1-4х классов и детей из семей социально
незащищенной категории

Наименование блюд	Учащиеся 1-4 классов			Учащиеся из социально незащищенных категорий семей					
	7-10 лет			11-14 лет			15-18 лет		
	Выход гр.	Ккал.	Общая цена тг.	Выход гр.	Ккал.	Общая цена тг.	Выход гр.	Ккал.	Общая цена тг.

Понедельник 03.11.2025 год

Каша на молоке со сливочным маслом	200/10	239	725	230/15	264,5	818	250/20	287,5	882
Сыр порциями	10	40		15	60		20	80	
Масло порциями	5	44		10	88		15	132	
Хлеб ржано-пшеничный	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Чай черный с лимоном	180	81		200	90		200	90	
Яблоко	120	85,1		120	85,1		120	85,1	
		546,8			698,5			785,5	

Вторник 04.11.2025 год

Салат витаминка	60	75,72	725	80	100,96	818	100	126,2	882
Биточки из говядины с соусом молочно-томатным	50/50	150,8		75/50	188,5		80/50	196,04	
Макароны с маслом	130/5	145,6		150/7	168		180/10	201,6	
Кисель плодово-ягодный	180	96,55		200	107,28		200	107,28	
Хлеб ржано-пшеничный	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Печенье Зайчик	30	95		30	95		30	95	
		630,37			770,64			837,02	

Среда 05.11.2025 год

Овощные палочки	60	10,1	725	80	11,7	818	100	16,2	882
Гуляш из птицы	50/50	121,9		70/50	158,47		80/50	158,47	
Картофельно-морковное пюре	130	104,3		150	136,4		180	141,8	
Напиток Денсаулык	180	107,1		200	119		200	119	
Хлеб ржано-пшеничный	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Пряник Тульский	30	153,6		30	153,6		30	153,6	
		563,7			690,07			699,97	

Четверг 06.11.2025 год

Суп пюре гороховый на курином бульоне	200	136,8	725	250	171	818	250	171	882
Фишболы из минтая	50/50	209,6		70/50	251,52		80/50	272,48	
Булочка с кунжутом	60	192		60	192		60	192	
Огурец	20	15,5		30	23,25		50	38,75	
Чай с молоком с сахаром	180	42,3		200	47		200	47	
Хлеб ржано-пшеничный	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
		662,9			795,67			832,13	

Пятница 07.11.2025 год

Салат из моркови	60	67,56	725	80	90,08	818	100	112,6	882
Плов из говядины	200	270		250	337,5		250	337,5	
Компот из сухофруктов	180	107,1		200	119		200	119	
Хлеб ржано-пшеничный	30	66,7		50	110,9		50	110,9	
Вафля Артек	30	153		30	153		30	153	
		664,36			810,48			833	
Итого за неделю		3 068,13			3 765,36			3 987,62	
Итого в среднем за день		613,626			753,072			797,524	
3 625 тенге			4 090 тенге			4 410 тенге			
725 тенге			818 тенге			882 тенге			

Калькуляцию составила: И.И. Вружинская Е.И.

Диетолог школьного питания