"Бекітемін"
№264 мектеп-лицей директоры
А.Б.Рахметов

Төрт апталық перспективалық мектеп мәзірі қыс-көктем 2026 жыл

1 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығымы ,гмм			Тағамның құрамы	Бага	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті күріш көже	200	230	250	күріш	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				иодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				кант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Какао сүтпен	200	200	200	какао ұнтағы	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				сүт 2,5%	650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				су		110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				кант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	алма	700,00	120	120	120	84,00	84,00	84,00	84,00	84,00	84,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	Бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Калория мөлшері, ккал														
Рационның жалпы бағасы												**339,41**	**364,36**	**396,81**
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												**393,72**	**422,66**	**460,30**

Сканировано с CamScanner

1 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қырыққабат және сәбіз салаты	60	80	100	Ақсауданды қырыққабат	310,00	45	60	77	13,95	18,60	23,87	23,54	32,26	39,38
				Сәбіз	270,00	19	25	30	5,13	6,75	8,10			
				Өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				Пияз	250,00	7	10	12	1,75	2,50	3,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Сиыр етінен жасалған митболдар	70	90	100	сиыр еті /сүйексіз/	4800,00	110	118	140	528,00	566,40	672,00	546,95	586,45	696,15
				бидай наны	426,00	13	15	17	5,54	6,39	7,24			
				пияз	250,00	7	8	9	1,75	2,00	2,25			
				тауық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсімдік майы	850,00	5	5	7	4,25	4,25	5,95			
				сарымсақ	800,00	5	5	5	4,00	4,00	4,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				бидай ұны жоғарғы сорты	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				қызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир. Пісірілген макарон өнімі	130	150	180	макарон	630,00	47	54	64	29,61	34,02	40,32	55,82	70,65	82,16
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	5	7	8	26,05	36,47	41,68			
Қатық 2,5 %	200	200	200	қатық 2,5 %	620,00	200	200	200	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												786,29	848,87	972,83
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												912,09	984,69	1128,49
Калория мөлшері, ккал												493,80	600,95	713,30
Ақуыз												28,15	32,75	38,35
Майлар												17,35	20,00	22,05
Көмірсулар												50,20	65,30	87,10

Сканировано с CamScanner

1 апта 3 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саны			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тары боткасы	200	250	250	тары дәнді	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	165,31	198,31
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
"Денсаулық" сусыны	200	200	200	лимон	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												352,16	373,81	409,56
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												408,51	433,62	475,09
Калория мөлшері, ккал												413,42	483,75	519,40
Ақуыз												9,54	11,66	12,80
Майлар												8,47	9,83	10,69
Көмірсулар												73,28	85,47	91,30

Сканировано с CamScanner

1 апта 4 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның шығы		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Дарумсыз салат	60	80	100	Қызылша	270,00	20	27	35	5,40	7,29	9,45	46,36	60,16	81,06
				Аққауданды қырыққабат	310,00	20	30	35	6,20	9,30	10,85			
				Сәбіз	270,00	15	18	25	4,05	4,86	6,75			
				Балғын қияр	2000,00	14	18	25	28,00	36,00	50,00			
				өсімдік майы	850,00	3	3	5	2,55	2,55	4,25			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Балық етінен фишболлдар	70	90	100	балық еті *(мартылымы)*	3700,00	99	108	128	366,30	399,60	473,60	308,91	437,23	522,13
				пияз	250,00	6	10	10	1,50	2,50	2,50			
				тауық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсімдік майы	850,00	2	2	2	1,70	1,70	1,70			
				кепкен нан ұнтағы *(сыртына)*	2000,00	3	3	5	6,00	6,00	10,00			
				кепкен нан ұнтағы *(құрамына)*	2000,00	10	12	15	20,00	24,00	30,00			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
Гарнир: картоп езбесі	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,60
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кепкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												552,84	843,09	723,01
Рационның 16% ҚКС өскергендегі бағасы												641,29	745,98	838,69
Калория мөлшері, ккал												323,30	408,55	453,70
Ақуыз												15,60	21,00	23,40
Майлар												6,6	9,39	10,6
Көмірсулар												47,2	57,7	65,8

Сканировано с CamScanner

1 апта 5 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағасы	Бруттo, г			Саны			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қияр мен қызанақ салаты *(остюдің майы қосылады)*	60	80	100	қызанақ	800,00	44	55	68	35,20	44,00	54,40	60,93	77,23	100,21
				жас жуа	1000,00	6	8	10	6,00	8,00	10,00			
				балғын қияр	900,00	19	21	35	17,10	18,90	31,50			
				өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				йодталған тұз	80,00	1	1	2	0,08	0,08	0,16			
Палау жылы етпен	200 (40 (ет), 22 (ет), 250 (ет) 200)			жылқы еті (сүйексіз)	5100,00	90	110	130	459,00	561,00	663,00	521,63	628,67	741,08
				күріш	630,00	50	55	70	31,50	34,65	44,10			
				өсімдік майы	850,00	4	5	7	3,40	4,25	5,95			
				пияз	250,00	13	15	18	3,25	3,75	4,50			
				сәбіз	270,00	16	18	19	4,32	4,86	5,13			
				уқроп	2000,00	10	10	10	20,00	20,00	20,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	5	0,16	0,16	0,40			
Балғын алма сусыны	200	200	200	балғын алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		120	120	120	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												706,31	835,90	978,34
Рационның 16% ҚҚС есептеудегі бағасы												819,32	969,64	1134,64
Қадірлі мәшірбі, кекс												461,80	535,35	617,79
Ақмай												21,90	24,90	27,50
Майдап												9,00	10,35	12,40
Көмірсулар												67,90	75,40	92,90

Сканировано с CamScanner

2 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саласы'			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тары боткасы	200	230	250	тары дақылы	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,81	198,31
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				йодталған тұз	89,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Какао сүтпен	200	200	200	какао ұнтағы	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				сүт 2,5%	650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				су		110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**345,41**	**370,36**	**402,81**
Рационның 10% ЖКС ескерілгендегі бағасы												**400,68**	**429,62**	**467,26**
Калория мөлшері, ккал												**472,12**	**542,45**	**578,10**
Ақуыз												**12,64**	**14,76**	**15,90**
Майлар												**11,57**	**12,93**	**13,79**
Көмірсулар												**78,78**	**90,97**	**96,8**

Сканировано с CamScanner

2 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саны, г			Дайын тағамның шығы		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қырыққабат және сәбі салаты	80	80	100	Ақкөуданды қырыққабат	310,00	45	60	77	13,95	18,60	23,87	23,34	32,26	39,38
				Сәбі	270,00	19	25	30	5,13	6,75	8,10			
				Өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				Пиязы	250,00	7	10	12	1,75	2,50	3,00			
				Йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Сиыр етінен жасалған балаңыз пастасы	200	220	250	сиыр еті (жартылай)	480,00	95	100	122	456,00	480,00	585,60	524,20	552,20	669,14
				пиязы	250,00	15	15	15	3,75	3,75	3,75			
				сәбі	270,00	15	15	15	4,05	4,05	4,05			
				өсімдік майы	850,00	3	4	5	2,55	3,40	4,25			
				қызанақ пастасы	2200,00	6	6	8	13,20	13,20	17,60			
				сарымсақ	800,00	6	6	8	4,80	4,80	6,40			
				Йодталған тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24			
				макарон	630,00	63	68	75	39,69	42,84	47,25			
Қатық 2,5 %	200	200	200	қатық 2,5 %	620,00	200	200	200	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												659,20	695,45	815,14
Рационның 16% ҚҚС өскергендегі бағасы												764,67	806,72	945,56
Калория мөлшері, ккал												460,10	530,55	588,90
Ақуыз												30,35	33,95	37,55
Майлар												9,45	10,90	12,15
Көмірсулар												60,50	71,00	78,90

Сканировано с CamScanner

2 апта 3 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүт қосылған "Достық" кашеі	200	230	250	күріш	630,00	20	25	30	12,60	15,75	18,90	108,21	176,10	207,76
				қарақұмық	630,00	20	20	25	12,60	12,60	15,75			
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				Йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық" сусыны	200	200	200	лимон	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су	-	150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												358,46	381,41	419,01
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												415,81	444,76	486,25
Калория мөлшері, ккал												442,70	478,65	492,00
Ақуыз												9,66	10,38	12,12
Майлар												8,36	8,76	9,28
Көмірсулар												83,32	91,16	95,52

Сканировано с CamScanner

2 апта 4 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Нетто	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның шығымы		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Дарумевде салат	60	80	100	Қызылша	270,00	20	27	35	5,40	7,29	9,45			
				Алюкуланды қырыққабат	310,00	20	30	35	6,20	9,30	10,85			
				Сәбіз	270,00	15	18	25	4,05	4,86	6,75			
				Балғын қияр	2000,00	14	18	25	28,00	36,00	50,00			
				өсімдік майы	850,00	3	3	5	2,55	2,55	4,25			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақ қосылған бұқтырылған тауық еті	70	90	100	құс еті (филе)	3500,00	94	107	115	329,00	374,50	402,50			
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				жоғарғы сорты бидай ұны	350,00	3	5	5	1,05	1,75	1,75			
				сары май	5210,00	4	6	8	20,84	31,26	41,68			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63			
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				жоғарғы сорты бидай ұны	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				қызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир: картоп езбесі	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45			
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кепкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												574,53	683,10	716,14
Рационның 16% ҚКС өскерегендегі бағасы												666,45	792,40	830,72
Калория мөлшері, ккал												611,60	505,55	525,40
Ақуыз												26,10	30,60	33,10
Майлар												14,00	18,95	20,40
Көмірсулар												42,10	52,50	57,00

Сканировано с CamScanner

2 апта 5 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағасы	Брутто, г			Саны, г			Дайын тағамның шығымы		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қиыр мен қызанақ кесіндісі	80	80	100	қызанақ	800,00	40	45	50	32,00	36,00	40,00	63,50	76,50	85,00
				қиыр	900,00	35	45	50	31,50	40,50	45,00			
Асылған жылқы еті тұздығымен	80/100	80/130	100/150	жылқы еті (сүйексіз)	5100,00	120	126	138	612,00	642,60	703,80	647,39	684,01	762,54
				йодталған тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24			
				пияз	250,00	25	30	45	6,25	7,50	11,25			
				жаймаа	630,00	46	55	75	28,98	34,65	47,25			
Балғын алма компоты	200	200	200	балғын алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		120	120	120	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**834,64**	**893,41**	**982,29**
Рационның 16% ҚКС ескергендегі бағасы												**968,18**	**1036,36**	**1139,46**
Калория мөлшері, ккал												**437,60**	**531,48**	**625,30**
Ақуыз												**27,40**	**32,60**	**38,00**
Майлар												**6,90**	**8,45**	**10,40**
Көмірсулар												**57,5**	**70,5**	**91,1**

Сканировано с CamScanner

3 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағасы	Брутто, г			Саласы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті күріш боткасы	200	250	250	күріш	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,93	168,61	198,11
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Какао сүтпен	200	200	200	какао ұнтағы	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				сүт 2,5%	650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				су		110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												345,41	370,36	402,61
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												400,68	429,62	467,26
Калория мөлшері, ккал												499,29	573,78	612,96
Ақуыз												12,74	14,87	16,13
Майлар												11,33	12,65	13,49
Көмірсулар												85,89	99,14	105,68

Сканировано с CamScanner

3 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саны			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18жас 10-11 сынып
Қырыққабат және сәбіз салаты	60	80	100	Аққұлданды қырыққабат	310,00	45	60	77	13,95	18,60	23,87	23,54	32,26	39,38
				Сәбіз	270,00	19	25	30	5,13	6,75	8,10			
				Өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				Шиыз	250,00	7	10	12	1,75	2,50	3,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Сиыр етінен жасалған "Еженек"	70	80	90	сиыр еті (жаурын жиек)	4800,00	60	70	85	288,00	336,00	408,00	325,84	388,99	472,47
				пияз	250,00	10	20	28	2,50	5,00	7,00			
				күріш	630,00	5	8	11	3,15	5,04	6,93			
				сары май	5210,00	3	4	5	15,63	20,84	26,05			
				сүт 2,5%	650,00	17	25	28	11,05	16,25	18,20			
				жоғарғы сорты бидай ұны	350,00	6	7	8	2,10	2,45	2,80			
				йодталған тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24			
Қайнақты томат соусы	25	25	35	тауық жұмыртқасы	650,00	5	5	5	3,25	3,25	3,25	48,52	48,52	48,52
				сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63			
				жаймақ 20%	2303,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				жоғарғы сорты бидай ұны	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				йодталған тұз	80,00	2	2	3,0	0,16	0,16	0,16			
				қызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир: Буктырылған қарақұмық көкөністермен	130	150	180	қарақұмық	630,00	40	48	55	25,20	30,24	34,65	141,19	167,15	195,26
				сәбіз	270,00	60	60	70	16,20	16,20	18,90			
				тәтті бұрыш	2100,00	40	45	50	84,00	94,50	105,00			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2	3	0,16	0,16	0,24			
				сары май	5210,00	3	3	7	15,63	26,05	36,47			
Қатық 2,5 %	200	200	200	қатық 2,5 %	620,00	200	200	200	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	Бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												650,55	747,91	862,25
Рационның 16% ҚКС есептелген бағасы												754,638	867,5756	1060,21
Калория мөлшері, ккал												434,23	555,85	661,60
Ақуыз												22,65	27,15	31,75
Майлар												15,15	18,30	20,35
Көмірсулар												48,12	66,30	82,00

Сканировано с CamScanner

3 апта 3 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағасы	Брутто, г			Саласы			Бөлінуі тағамның құрамы		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тары боткасы	200	230	250	тары дәнді	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20			
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				ботталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Бидай жанс қара бидай наны	20	35	40	бидай жанс қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00			
"Денсаулық сусыны"	200	200	200	дәмен	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00			
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Рационның жалпы бағасы												382,16	377,11	409,56
Рационның 16% ЖКС есептелгені бағасы												408,93	427,85	479,09
Калория мөлшері, ккал												413,42	482,75	519,48
Ақуыз												9,54	11,06	12,8
Майлар												8,47	9,83	10,69
Көмірсулар												73,26	85,47	91,3

Сканировано с CamScanner

3 апта 4 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағa	Брутто, г			Саласы			Дайын тағамның саны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Дәруменді салат	60	80	100	Қызылша	270,00	20	27	35	5,40	7,29	9,45	46,36	60,26	81,46
				Ақжауданды қырыққабат	310,00	20	30	35	6,20	9,30	10,85			
				Сәбіз	270,00	15	18	25	4,05	4,86	6,75			
				Балғын қияр	2000,00	14	18	25	28,00	36,00	50,00			
				өсімдік майы	850,00	3	3	5	2,55	2,55	4,25			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Балықтан етпен фишболлар	70	90	100	балық еті *(тартылған)*	3700,00	99	108	128	366,30	399,60	473,60	398,91	437,23	522,53
				пияз	250,00	6	10	10	1,50	2,50	2,50			
				тауық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсімдік майы	850,00	2	2	2	1,70	1,70	1,70			
				кепкен нан ұнтағы *(сыртына)*	2000,00	3	3	5	6,00	6,00	10,00			
				кепкен нан ұнтағы *(құрамына)*	2000,00	10	12	15	20,00	24,00	30,00			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
Гарнир: картоп езбесі	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45	103,43	147,23	129,00
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кепкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**552,84**	**643,99**	**723,01**
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												**641,29**	**745,98**	**838,69**
Калория мөлшері, ккал												**323,30**	**408,95**	**453,70**
Ақуыз												**15,60**	**21,00**	**23,40**
Майлар												**6,60**	**9,35**	**18,60**
Көмірсулар												**47,20**	**57,70**	**65,80**

Сканировано с CamScanner

3 апта 5 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сеңсасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қияр мен қызанақ салаты (өсімдік майы қосылған)	60	80	100	қызанақ	800,00	44	55	68	35,20	44,00	54,40	60,93	75,25	100,31
				қоқ жуа	1000,00	6	8	10	6,00	8,00	10,00			
				балғын қияр	900,00	19	21	35	17,10	18,90	31,50			
				өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				йодталған тұз	80,00	1	1	2	0,08	0,08	0,16			
Сірне сиыр етінен	200	220	250	сиыр еті (сүйексіз)	5100,00	110	110	130	561,00	561,00	663,00	645,54	653,74	765,63
				пияз	250,00	20	23	26	5,00	5,75	6,50			
				сәбіз	270,00	25	25	28	6,75	6,75	7,56			
				картоп	350,00	80	90	102	28,00	31,50	35,70			
				укроп	2000,00	10	10	10	20,00	20,00	20,00			
				өсімдік майы	850,00	4	5	6	3,40	4,25	5,10			
				су	0,00	80	80	80	0,00	0,00	0,00			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				лавр жапырағы	1800,00	0,1	0,1	0,1	0,18	0,18	0,18			
				қырыққабат	310,00	55	65	73	17,05	20,15	22,63			
				чеснок	800,00	5	5	6	4,00	4,00	4,80			
Балғын алма компоты	200	200	200	алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		120	120	120	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**830,22**	**860,97**	**1000,69**
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												**963,06**	**998,73**	**1160,80**
Калория мөлшері, ккал												**336,10**	**395,35**	**444,20**
Ақуыз												**18,20**	**20,50**	**25,50**
Майлар												**9,50**	**10,85**	**12,30**
Көмірсулар												**39,70**	**48,70**	**51,90**

Сканировано с CamScanner

4 апта. 1-күні күн

Тағамның аты	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті күріш бөткесі	200	230	250	күріш	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,81	198,31
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Какао сүтпен	200	200	200	какао ұнтағы	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				сүт 2,5%	650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				су		110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**345,41**	**370,36**	**402,81**
Рационның 16% ҚКС есептелдегі бағасы												**408,68**	**429,62**	**467,26**
Калория мөлшері, ккал												**499,29**	**573,7**	**612,86**
Ақуыз												**12,74**	**14,87**	**16,03**
Майлар												**11,33**	**12,65**	**13,49**
Көмірсулар												**85,89**	**99,14**	**105,68**

Сканировано с CamScanner

4 апта 2-ші күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қырыққабат және сәбіз салаты	60	80	100	Аққабалы қырыққабат	310,00	45	60	77	13,95	18,60	23,87	23,54	32,26	39,38
				Сәбіз	270,00	19	25	30	5,13	6,75	8,10			
				Өсімдік майы	850,00	3	5	5	2,55	4,25	4,25			
				Пиязы	250,00	7	10	12	1,75	2,50	3,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Сиыр етінен жасалған митболдар	70	90	100	сиыр еті (сүйексіз)	4800,00	110	118	140	528,00	566,40	672,00	546,95	586,45	696,15
				бидай наны	426,00	13	15	17	5,54	6,39	7,24			
				пиязы	250,00	7	8	9	1,75	2,00	2,25			
				тауық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсімдік майы	850,00	5	5	7	4,25	4,25	5,95			
				сарымсақ	800,00	5	5	5	4,00	4,00	4,00			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				бидай ұны жоғарғы сорты	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				қызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир. Пісірілген макарон өнімі	130	150	180	макарон	630,00	47	54	64	29,61	34,02	40,32	55,82	70,65	82,16
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	5	7	8	26,05	36,47	41,68			
Қатық 2,5 %	200	200	200	қатық 2,5 %	620,00	200	200	200	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00	124,00
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												786,29	848,87	972,83
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												912,09	984,69	1128,49
Калория мөлшері, ккал												493,80	600,95	713,30
Ақуыз												28,15	32,75	38,35
Майлар												17,35	20,00	22,05
Көмірсулар												50,20	65,30	87,10

Сканировано с CamScanner

4 апта 3-ші күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саласы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүт қосылған "Достық" кокосі	200	230	250	күріш	630,00	20	25	30	12,60	15,75	18,90	158,21	174,91	207,76
				қарақұмық	630,00	20	20	25	12,60	12,60	15,75			
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				қант	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық" сусыны	200	200	200	лимон	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												**358,46**	**383,41**	**419,01**
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												**415,81**	**444,76**	**486,05**
Калория мөлшері, ккал												**442,70**	**478,65**	**492,80**
Ақуыз												**9,66**	**10,88**	**12,32**
Майлар												**8,35**	**8,76**	**9,25**
Көмірсулар												**83,32**	**91,16**	**95,52**

Сканировано с CamScanner

4 апта 4-ші күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Бағa	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Дәрумендi салат	60	80	100	Қызылша	270,00	20	27	35	5,40	7,29	9,45	46,36	60,16	81,46
				Ақкәуланды қырыққабат	310,00	20	30	35	6,20	9,30	10,85			
				Сәбіз	270,00	15	18	25	4,05	4,86	6,75			
				Балғын жасыл	2000,00	14	18	25	28,00	36,00	50,00			
				өсімдік майы	850,00	3	3	5	2,55	2,55	4,25			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақ қосылған бұқтырылған тауық еті	70	90	100	күс еті *(филе)*	3500,00	94	107	115	329,00	374,50	402,50	372,08	428,70	467,12
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				жоғарғы сорттағы бидай ұны	350,00	3	5	5	1,05	1,75	1,75			
				сары май	5210,00	4	6	8	20,84	31,26	41,68			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				бидай ұны жоғарғы сорттағы	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				қызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир картоп езбесі	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,00
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кепкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												574,53	683,10	716,14
Рационның 16% ҚКС ескергендегі бағасы												666,45	792,40	830,72
Калория мөлшері, ккал												401,60	505,55	525,40
Ақуыз												26,10	30,60	33,10
Майлар												14,00	18,95	20,40
Көмірсулар												42,10	52,50	57,00

Сканировано с CamScanner

4 апта 5-ші күн

Тағамның атауы	Шығымы, гмм			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Саласы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қыар және қызанақ кесінділері *(бастап)*	60	80	100	қызанақ	800,00	40	45	50	32,00	36,00	40,00	63,50	76,50	85,00
				қиқар	900,00	35	45	50	31,50	40,50	45,00			
Нарын	75/100/100	75/100/100	75/100/100	жылқы еті *(сүйексіз)*	5100,00	122	122	122	622,20	622,20	622,20	661,39	661,39	661,39
				йодталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				пияз	250,00	15	15	15	3,75	3,75	3,75			
				бульон		100	100	100	0,00	0,00	0,00			
				кеспе	630,00	56	56	56	35,28	35,28	35,28			
Балғын алма компоты	200	200	200	балғын алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		120	120	120	0,00	0,00	0,00			
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												848,64	869,89	881,14
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												984,42	1009,07	1022,12
Калория мөлшері, ккал												271,73	306,98	319,73
Ақуыз												36,4	27,4	28,00
Майлар												2,9	3,05	3,2
Көмірсулар												29	36,1	38,60

Орташа тамақтану құны 723 тг. ***(16% ҚҚС). (7-10 жас 662,1 тг, 11-15 жас 714,7 тг, 16-18 жас 791,7 тг)***

Сканировано с CamScanner