



**БЕКІТЕМІН**

Ақмола облысы білім басқармасының  
«Мерейт күніне бойынша білім бөлімі» ММ басшысы

Р.К. Абдиқенов

05 2021 жыл

**Төрт апталық ас мәзірі (қаз-көктем)**

**1 апта**

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығымы, грамм			соммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Үй кесе көкесі (күршімшарылған бидай ұны, жұмыртқа, сүт, болталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сiмiр етi)	200/25	230/25	250/25	616 тг.
	Ет тефтеле (көптеме арналған сiмiр етi, бидай наны, сүт, пияз, өсiмдiк майы, құрғаландырылған бидай ұны, сары май)	80	90	100	
	Гарнир: батырып піскен қарақұмық	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Сүт	200	200	200	
	Ара балы	10	10	10	
сейсенбі	Жармаш сiмiрiн көже (сұлы жармасы, сәбiз, пияз, өсiмдiк майы, сорпа, сiмiр етi)	200/25	230/25	250/25	616 тг.
	Үй құырғағы (сiмiр етi, картоп, пияз, қызанақ пастасы, өсiмдiк майы)	200	200	200	
	Балқан жоқонiс салаты (ақ қаулаңды қырыққабат, сәбiз, өсiмдiк майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Итмұрын жемiнен кисель (кентрiлген итмұрын жемiсi, қант, картоп қысымды, лимон қышқалды, сүт)	200	200	200	
	Алма	200	200	200	
сәрсенбі	Тұрлықты көже (рассольник) (картоп, пияз, тұрбалған кiрi, өсiмдiк майы, сорпа, сiмiр етi)	200/25	230/25	250/25	616 тг.
	Бұқтырылған ет (сiмiр етi, сәбiз, пияз, өсiмдiк майы, қызанақ пастасы, бидай ұны)	80	90	100	
	Гарнир: бұқтырылған қырыққабат (ақ қаулаңды қырыққабат, өсiмдiк майы, сәбiз, пияз, қызанақ пастасы, құрғаландырылған)	100	130	150	
	Дәрументi салат: 2 пұсқа (ақ қаулаңды қырыққабат, сәбiз, жасыл пияз, шьерон үшiн лимон, өсiмдiк майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Айран	200	200	200	
бейсенбі	Бұршақ көкесi (картоп, ұрме бұршақ, сәбiз, пияз, өсiмдiк майы, сорпа, сiмiр етi)	200/50	230/25	250/25	616 тг.
	Көксерке башатын тефтеле (көксерке балығы, бидай наны, сүт, пияз, күрiшшарылған бидай ұны, өсiмдiк майы)	80	90	100	
	Гарнир: сүт қатылған көкөніс (сәбiз, картоп, көк бұршақ консервіленген, ақ қаулаңды қырыққабат, сүт қатылған жоқонiс)	75/26	100/30	120/30	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Көп дәрументi шырш	200	200	200	
	Балқан	200	200	200	
жұма	Харчи көкесi (күрiш жармасы, пияз, сары май, көжелкен, қызанақ пастасы)	200/25	230/25	250/25	616 тг.
	Ет көкестi (күрiш жармасы, пияз, сары май, көжелкен, қызанақ пастасы, болталған тұз, сорпа, сiмiр етi)	75/5	85/5	95/5	
	Құрамылы гарнир (пiсiрiлген күрiш және картоп елбесi)	100	130	150	
	Сыр мiне қызанақтан салаты (қызанақ, сыр, өсiмдiк майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сүт	200	200	200	



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ АҒАҚСАРАМАТ МЕН ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ  
 ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ  
 "ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БОҒЫШТА БІЛІМ БӨЛІГІ" ММ БАСШЫСЫ  
 Р.К. Абдиқенов  
 05.20.21 жыл

Төрт апталық ас мәзірі (қып-көктем)  
 II апта

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығыны, грамм			саны
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Борщ (қызылша, ақ қауанды қырыққабат, қызанақ пастасы, сәбіз, ақжелкен, пияз, йодталған тұз, өсімдік майы, қант, сарпа)	200/25	230/25	250/25	616 шт
	Турама арзылар (көплетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, жұмыртқа, кептірілген нан, ақжелкен)	80	90	100	
	Күрмеші гарнир (шірілген күрмеші және картоп етбесі)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
сейсенбі	Сүт	200	200	200	616 шт
	Харчо көкесі (күрмеші жармасы, пияз, сары май, ақжелкен, қызанақ пастасы)	200/25	230/25	250/25	
	Үй құмырамы (сиыр еті, картоп, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы)	200	200	200	
	Ақ қауанды қырыққабат салаты (ақ қауанды қырыққабат, сәбіз, қант, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
сәрсенбі	Кептірілген жемістен компот алма мен алмұрт)	200	200	200	616 шт
	Алма	200	200	200	
	Үй кеспе көкесі (жұмыртқаның және бидай ұны, жұмыртқа, сүт, йодталған тұз, пияз, сары май, сарпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	
	Пашу (сиыр еті, күрмеші жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	150/50	150/50	150/50	
	Дәруменді салат, 2 ұрсақ шалауашыны қырыққабат, сәбіз, көк жүз, лимона шырыны, өсімдік майы)	60	80	100	
бейсенбі	Қара бидай наны	20	35	40	616 шт
	Сүзбеше	100	100	100	
	Айран	200	200	200	
	Бұршақ көкесі (картоп, ұрме бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сарпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25	
	Бұқтырылған көксерке балығы (көксерке балығы, сарпа, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы, қант, йодталған сүт қатылған көкөніе (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервіленген, ақ қауанды қырыққабат) сүт қалыны, сары май,	75/50	75/50	75/50	
жұма	Қара бидай наны	20	35	40	616 шт
	Шәбділі шырыны	200	200	200	
	Көкөніе	200	200	200	
	Көкөніе көкесі (ақ қауанды қырыққабат, картоп, сәбіз, пияз, көк бұршақ консервіленген, өсімдік майы, сарпа, сиыр еті)	200	230/25	250/25	
	Ет биточкалары (көплетке арналған ет, бидай наны, сүт, кептірілген нан, өсімдік майы, сары май)	75/5	85/5	95/5	
сәуір	Гарнир: кептірілген күрмеші	100	130	150	616 шт
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Сүт	200	200	200	



БЕКІТЕМІН

Ақмола облысы білім басқармасының  
Төрағатын орынбасарының "Білім және ғылым бойынша білім бөлімі" ММ Б

Р.К. Абдиқононов

2021 жыл

Төрт апталық ие мәзірі (қыз-көктем)  
III апта

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығымы, грамм			сыймаасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, піяз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Бұқтырылған сиыр еті (сиыр еті, піяз, өсімдік майы, қызанақ пастасы)	80	90	100	
	Гарнир: бытырал піскіз қарақұмық (қарақұмық жармасы, сары май, йодталған тұз, су)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сүт	200	200	200	
сейсенбі	Бұршақ көжесі (картон, үрме бұршақ, сәбіз, піяз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25	616 гр
	Үй құмырадағы (сиыр еті, картон, піяз, қызанақ пастасы, өсімдік майы)	300	200	200	
	Сәбізден салат (сәбіз, қант, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Кол дәруменді шыршап	200	200	200	
	Алмаұрт	200	200	200	
сәрсенбі	Тұздықты көже (рассольник) (картон, піяз, тұздалған иірік, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Турама артылар (көтлетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, піяз, өсімдік майы, жұмыртқа, кептірілген нан, ақжелкен)	80	90	100	
	Гарнир: бекітірілген күреш (күреш, йодталған тұз, су)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Айран	200	200	200	
бейсенбі	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, піяз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Бекітірілген көксерке балығы (көксерке балығының, кесек еті, піяз, ақжелкен, ақ қалық жөгілі, сорпа, сары май)	200/25	230/25	250/25	
	Гарнир: картон сәбезді (картон, сүт, сары май)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Кол дәруменді шыршап	200	200	200	
	Алма	200	200	200	
жұма	Үй көже көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, піяз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Рагу (сиыр еті, өсімдік майы, картон, сәбіз, піяз, құнарландырылған бидай ұны)	140/60	140/60	140/60	
	Қызылша салаты сырмен (қызылша, сыр, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Алма	200	200	200	



ҚЖТЕМШІ

Ақмола облысы білім басқармасының  
«Жетпіс жасқа дейінгі балалар бойынша білім бөлімі» ММ басшысы

Р.К. Абдіжеснов

2021 жылғы 05 айының 21 күні

Төрт апталық ас мәтіні (кыз-көкем)

IV апта

Тағамның атауы, ингредиенттері

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығымы, грамм			сәмсісі
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Балғын қырыққабаттан пісі (ақ қаулағыш қырыққабат, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызылқандық пастасы, қызылқандық бидай ұны)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Палу (сыыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, піяз, сәбіз, қызылқандық пастасы)	150/50	150/50	150/50	
	Балғын көкөністерден салаты (ақ қаулағыш қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сүт	200	200	200	
сейсенбі	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызылқандық пастасы, сорпа, сыыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Турама зрағышар (котлетке арналған сыыр еті, бидай наны, сүт, піяз, өсімдік майы, жұмыртқа, көгіршілген нан, ақжелкен)	80	90	100	
	Құрамағы гэрнар (пісірілген күріш және күртон сәбізі)	100	130	150	
	Даруменді салат, 3 нұсқа ақ қаулағыш қырыққабат, сәбіз, көк шұа, лимон шырыны, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Көпдәруменді шырға	200	200	200	
сәрсенбі	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, піяз, өсімдік майы, сорпа, сыыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Бұқтырылған ет (сыыр еті, сәбіз, піяз, өсімдік майы, қызылқандық пастасы, бидай ұны)	80	90	100	
	Гэрнар бұқтырылған қырыққабат (ақ қаулағыш қырыққабат, өсімдік майы, сәбіз, піяз, қызылқандық пастасы, қызылқандық бидай ұны)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Айран	200	200	200	
бейсенбі	Үй кеші көже (қызылқандық бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, піяз, сары май, сорпа, сыыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Балақ котлет (көкөніс балыты, бидай наны, сүт, көгіршілген нан, өсімдік майы)	75/50	75/50	75/50	
	Гэрнар: сүт қатылған көкөніс (сәбіз, күртон, көк бұшақ консервіленген, ақ қаулағыш қырыққабат, сүт қатығы, сүт, сары май)	75/26	100/30	120/30	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Көгіршілген жемісте компоты (көгіршілген алма, шарт, су)	200	200	200	
	Алмұрт	200	200	200	
жұма	Бұшақ көже (күртон, бұшақ, піяз, сәбіз, ақжелкен, өсімдік майы, йодталған тұз, сорпа, сыыр еті)	200/50	230/25	250/25	616 гр
	Рагу (сыыр еті, өсімдік майы, күртон, сәбіз, піяз, қызылқандық бидай ұны)	140/60	140/60	140/60	
	Балғын көкөніс салаты (ақ қаулағыш қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	С дәруменді кноель (көкөністерден кноель, күрт, лимон қышқылы, су, С дәруменді ұнтағы)	200	200	200	
	Сүзбеше	100	100	100	



УТВЕРЖДАЮ  
 Руководитель ГУ "Отдел образования  
 по Абайскому району управления образования  
 Алматинской области"  
 Р. К. Абжанов  
 05 2021 год

Перспективное меню (зима-весна)  
 1 неделя

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп, лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, мясо говядины, бульон)	200/25	230/25	250/25	616 гг
	Тефтели (мясо постное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, масло сливочное)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, вода)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сырники (творог)	100	100	100	
	Молоко	200	200	200	
	Мед пчелиный	10	10	10	
вторник	Суп с картофелем (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	200/25	230/25	250/25	616 гг
	Жаркое (о-домашнему) (мясо говядины, картофель, лук репчатый, паста томатная, масло растительное)	200	200	200	
	Салат из свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло сливочное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
среда	Расщепляк (шпатель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 гг
	Мясо тушенное (мясо говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100	
	Гарнир: капуста тушеная (капуста белокачанная, масло растительное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная обогащенная, сахар)	100	130	150	
	Салат витаминный, 2 вариант (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, яблоки, лимон для соуса, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сырники (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп с бобовыми (Картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	200/25	230/25	250/25	616 гг
	Тефтели из судака (судак, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная обогащенная, масло растительное)	80	90	100	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, соус молочный, молоко, масло сливочное, мука пшеничная обогащенная, вода, сахар)	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
пятница	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка, томатная паста, соль йодированная, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 гг
	Котлеты мясные (мясо говядины, картофель)	75/5	85/5	95/5	
	Гарнир: комбинированный, рис отварной и пюре картофельное (крупа рисовая, масло сливочное, картофель, молоко)	100	130	150	
	Салат свекольный с сыром (свекла, сыр, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	



С. А. ВЕРЖАКОВ  
 директор ГУ "Отдел образования  
 Алматинскому району управления образования  
 Алматинской области"  
 Р. К. Абдиев  
 05. 2021 год

Перспективное меню (завтрак-ужин)  
 II неделя

день	Наименование Блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Борщ (свежая, капуста белокачанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, мясо говядины, бульон)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Зразы рубленые (говядина, мясо колбасное, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сухари, петрушка)	80	90	100	
	Гарнир: крупа перловая	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеш (творог)	100	100	100	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
вторник	Суп жарко (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка, томатная паста, соль йодированная, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук репчатый, паста томатная, масло растительное)	200	200	200	
	Салат из белокачанной капусты (капуста белокачанная, зелень, сахар, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Компот из смеси сухофруктов (яблоки и груша)	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
среда	Суп мясной домашний (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Плов (говядина, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, масло сливочное, бульон, говядина)	150/50	180/50	200/50	
	Салат витаминный, 2 вариант (капуста белокачанная, морковь, лук зеленый, яблока, сок лимона, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеш (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп с бобовыми (фасоль, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Судак тушеный (судак, вода или бульон, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар, соль йодированная)	75/50	75/50	75/50	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, слуд молочный, молоко, масло сливочное, мука пшеничная обогащенная, вода, сахар)	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок персиковый	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
пятница	Суп из овощей (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, бульон, говядина)	200	230/25	250/25	616 кг
	Бигочки мясные (мясо колбасное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, масло сливочное)	75/5	85/5	95/5	
	Гарнир: рис припущенный	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ  
 Республикалық ГУ "Отдел образования  
 Акмолинского района управления образования  
 Акмолинской области"  
 Р. К. Абдиқенов  
 2024 жыл

Перспективное меню (зима-весна)  
 III неделя

день	Наименование блюда, ингредиентов	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп с вермишелью (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, бульон, мясо говяжье)	200/50	230/25	250/25	616 кг
	Говядина тушеная (подварка)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Творог (сухобит)	100	100	100	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Машина	200	200	200	
вторник	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	200/50	230/25	250/25	616 кг
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100	
	Гарнир: макароны отварные	100	130	150	
	Салат из моркови (морковь, сахар, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Груша	200	200	200	
среда	Рассольник (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Зразы рубленные (говядина, мясо колбасное, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сметана, петрушка)	80	90	100	
	Гарнир: рис припущенный	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сухобит (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп с крупой (каша овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Салат из свежих овощей (капуста белокочанная, морковь, масло растительное)	60	80	100	
	Судак припущенный (филе судака, лук репчатый, петрушка, соус белый основный, бульон, масло сливочное, мука пшеничная обогащенная)	200/25	230/25	250/25	
	Гарнир: пюре картофельное	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Кисель из плодов шиповника (плоды шиповника сушеные, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная, Яблечко)	200	200	200	
пятница	Суп, лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, мясо говядины, бульон)	200/25	230/25	250/25	616 кг
	Рагу из говядины (мясо говяжье, масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная обогащенная)	140/60	140/60	140/60	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сухобит (творог)	100	100	100	
	Молоко	200	200	200	



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛИМ МИНИСТРЛІГІ  
 "Отдел образования  
 Абай ауданының районы управления образования  
 "Абай ауданының бөлімі"  
 А.А. Абайсенов  
 2024 год

Перевективное меню (зима-весна)  
 IV недели

день	Наименование блюда, ингредиентов	выход блюда, грамм			сумми
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Шні из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, паста томатная, мука пшеничная обогащенная, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Плов из мяса говядины (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат из свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
вторник	Суп с вермишелью (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, бульон)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Салат витаминный, 2 вариант (капуста белокачанная, морковь, сахар, масло растительное)	60	80	100	
	Зртки рубленые (котлетное, говяжье мясо, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сахар, петрушка)	80	90	100	
	Гарнир: крупа перловая (крупа перловая, масло сливочное, бульон)	100	130	150	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
среда	Суп с крупой *крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Мясо тушеное (говядина)	80	90	100	
	Гарнир (капуста тушеная)	100	130	150	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Суэбаше (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп ласпін домашняя (мука пшеничная обогащенная, яйца, вода, соль кипяченая, лук репчатый, масло сливочное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Салат свекольный (свекла, масло растительное)	60	80	100	
	Котлеты рыбные (судак, хлеб пшеничный, молоко, сахар, масло растительное)	75/50	75/50	75/50	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (творожок, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, соус молочный, молоко, масло сливочное, мука пшеничная обогащенная, вода, сахар)	75/26	100/50	120/50	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Комлот из сухофруктов	200	200	200	
	Груши	200	200	200	
пятница	Кори (свекла, капуста белокачанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль, водородная, масло растительное, сахар, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 гр
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	100	130	150	
	Хлеб ржанно-пшеничный	20	35	40	
	Кисель с витамином С	200	200	200	
	Суэбаше (творог)	100	100	100	