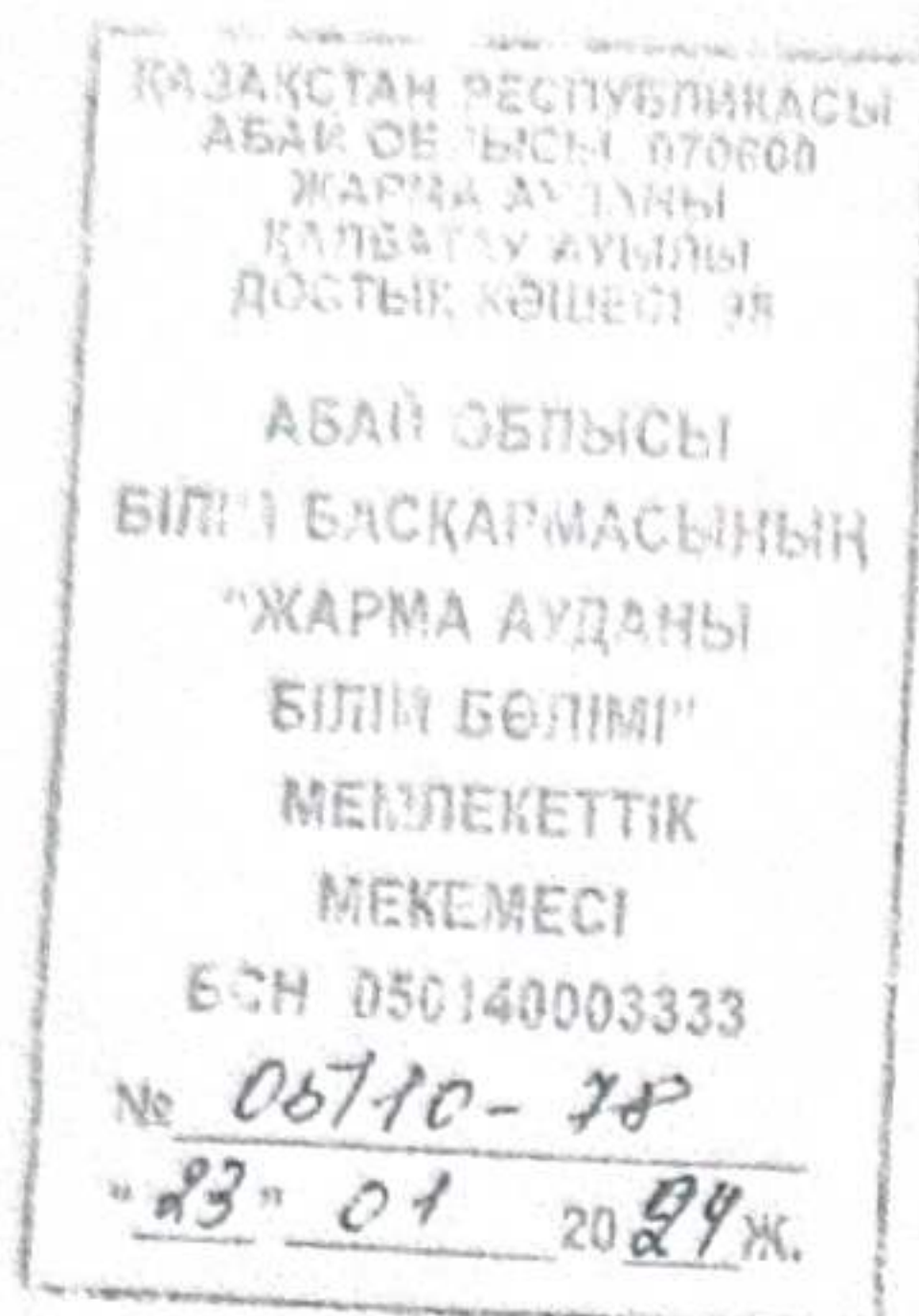




Мектеп директорларына!!!

«Жарма ауданы білім бөлімі» ММ-сі Абай облысы білім басқармасы білім алушылардың жекелеген санаттарын сапалы, теңдестірілген тегін ыстық тамақпен қамтамасыз ету мақсатында қолданыстағы заңнамаға (ҚР ҰК 12.03.2012 жылғы №320, ҚР БЖҒМ 31.10.2018 №598 бұйрығы, ҚР ДСМ 05.08.2021 жылғы №76 бұйрығы) сәйкес әзірленген Абай облысы білім басқармасының басшысымен бекітілген бірыңғай мәзірді жұмыс барысында қолдану үшін жолдайды.

Бірыңғай мәзірді білім басқармасы жанынан құрылған жұмыс тобы әзірледі. Бекітілген мәзірге сәйкес бір реттік тамақтандырудың (ыстық тамақ) орташа құны 620 теңгені құрайды.

Тамақтандыруды ұйымдастыруға бірінші басшы жауапты.

Қосымша 8 парақта (ас мәзірі)

Білім бөлімінің басшысы

К.Шаймуратов

Орындаған: Г.Увалиева
Тел: 65-483



«Утверждаю»
Руководитель управления
образования области Абай
Н. Ахметкалиев
«24» февраль 2024 год

Двухнедельное меню на организацию горячего питания для детей 1-4 классов и детей из социально-уязвимых семей
в общеобразовательных школах области Абай

I НЕДЕЛЯ

I смена ПОНЕДЕЛЬНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюда	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Каша рисовая молочная	250/300	Молоко	270	270	300
			Крупа рис	27	30	42
			Масло сливочное	3	4	6
			Сахар	11	15	15
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб с маслом сливочным, сыром	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
		7/8/10	Масло сливочное	7	8	10
		12/18/18	Сыр	12	18	18
3	Творожная запеканка с мёдом	100/110/120	Творог	72	84	96
			Молоко	110	110	98
			Крупа манная	18	25	20
			Яйцо	0,2	0,9	0,5
			Сахар	10	12	12
			Масло сливочное	3	4	4
			Масло растительное	5	6	5
			Мёд	15	15	15
4	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

I смена ВТОРНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюда	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из свежей капусты	80/100/110	Капуста	95	120	140
			Морковь	21,67	25	30
			Масло растительное	5	4	6
2	Плов с курицей	250/300	Куры	168	198	240
			Лук репчатый	23,34	30	30
			Морковь	30	35	50
			Масло растительное	24	35	40
			Крупа рис	45	65	90
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
4	Молоко	200	Молоко	200	200	200

I смена СРЕДА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюда	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Борщ с отварной говядиной	250/300	Мясо говядины	122	151	195
			Капуста	64,3	80	120
			Картофель	70	100	128
			Лук репчатый	11,67	15	25
			Морковь	11,67	15	25
			Свекла	35	40	40
			Масло растительное	11	16	15
			Томатная паста	6	19	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
3	Мёд	15	Мёд	15	15	15
4	Кисель	200	Кисель концентрат	24	24	24
			Сахар	10	10	10
			Кислота лимонная	0,3	0,3	0,3
5	Фрукты (яблоко)	350	Яблоко	350	350	350

I смена ЧЕТВЕРГ						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюда	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Рыбные котлеты	100/120/130	Филе рыбы	132	135	175
			Хлеб пшеничный	12	16	20
			Лук репчатый	18,34	25	25
			Масло растительное	5	5	6
2	Картофельное пюре	200/250	Картофель	200	300	300
			Молоко	45	124	100
			Масло сливочное	5	6	10
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Пирожок (самса) с говядиной	140/160/180	Мясо говядины	100	116	125
			Лук репчатый	71,67	80	100
			Мука	24	30	42
			Яйцо	0,2	0,9	0,5
			Масло сливочное	10	10	12
			Масло растительное	5	5	5
4	Компот из свежих фруктов	200	Фрукты	150	150	150
			Сахар	10	10	16
5	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48

I смена ПЯТНИЦА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из моркови	80/100/110	Морковь	116,67	120	130
			Масло растительное	5	5	5
2	Котлета говяжья	100/120/130	Мясо говядины	130	161	175
			Лук репчатый	20	25	25
			Хлеб пшеничный	1,2	16	20
			Масло растительное	5	5	5
3	Рожки отварные	120/150/180	Рожки	50	60	90
			Масло сливочное	3	5	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
4	Фрукты	350	Яблоко	350	350	350
5	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
6	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

II смена ПОНЕДЕЛЬНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Каша пшеничная молочная	250/300	Молоко	260	332	300
			Крупа пшено	20	35	40
			Масло сливочное	3	4	8
			Сахар	10	15	15
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб с маслом сливочным, медом	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
		5/8/15	Масло сливочное	5	8	15
		15	Мёд	15	15	15
3	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

II смена ВТОРНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Суп лапша с отварной курицей	250/300	Куры	168	198	240
			Лапша	20	30	29
			Картофель	70	100	128
			Лук репчатый	15	20	18
			Морковь	16	20	18
			Масло растительное	11	15	20
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Пирожок (самса) с говядиной	140/160/180	Мясо говядины	100	116	125
			Лук репчатый	70	80	100
			Мука	20	30	42
			Яйцо	0,2	0,9	0,5
			Масло сливочное	8	10	12
			Масло растительное	5	5	5
3	Кисель	200	Кисель концентрат	24	24	24
			Сахар	10	10	10
			Кислота лимонная	0,3	0,3	0,3
4	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48

II смена СРЕДА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из моркови	80/100/110	Морковь	110	130	130
			Масло растительное	5	5	6
2	Гуляш с отварными рожками	100/120/140	Мясо говядины	150	159	175
			Лук репчатый	25	30	30
			Морковь	25	30	30
			Масло растительное	14	20	20
		120/150/180	Рожки	45	65	80
			Масло сливочное	3	6	6
			Томатная паста	19	19	19
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Творожная запеканка с медом	100/110/120	Творог	72	84	96
			Молоко	50	110	98
			Манка	15	20	25
			Яйцо	7,67	0,9	0,5
			Сахар	10	10	12
			Масло сливочное	3	3	4
			Масло растительное	5	5	5
			Мёд	15	15	15
4	Молоко	200	Молоко	200	200	200
5	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48

II смена ЧЕТВЕРГ						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Суп рисовый с рыбными фрикадельками	250/300	Филе рыбы	132	160	175
			Картофель	80	100	128
			Масло растительное	11	15	20
			Крупа рис	15	20	25
			Морковь	15	20	25
			Лук репчатый	18	20	30
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
3	Сыр	12/18/18	Сыр	12	18	18
4	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	15	15	15
			Сахар	10	10	16

II смена ПЯТНИЦА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из свежей капусты	80/100/110	Капуста	95	110	130
			Морковь	20	30	30
			Масло растительное	3	4	5
2	Плов	220/270/310	Мясо говядины	130	161	175
			Лук репчатый	25	40	40
			Морковь	25	40	50
			Масло растительное	20	20	30
			Крупа рис	45	65	80
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Фрукты	350	Яблоко	350	350	350
4	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100
5	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48

II НЕДЕЛЯ

I смена ПОНЕДЕЛЬНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Каша пшеничная молочная	250/300	Молоко	260	270	300
			Крупа пшено	25	30	42
			Масло сливочное	3	4	6
			Сахар	10	15	15
			Соль йодированная	1,2	1,8	204
2	Хлеб с маслом сливочным, медом	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
		7/8/10	Масло сливочное	7	8	10
		15	Мёд	15	15	15
3	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

I смена ВТОРНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из капусты с кукурузой	80/100/110	Капуста	95	120	140
			Кукуруза (консерв)	21,67	30	31
			Масло растительное	5	6	6
2	Гуляш с отварными рожками	100/120/140	Мясо говядины	150	177	195
			Лук репчатый	25	35	35
			Морковь	25	35	35
			Масло растительное	20	29	23
		120/150/180	Рожки	50	60	80
			Масло сливочное	3	4	6
			Томатная паста	19	6	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Творожная запеканка с медом	100/110/120	Творог	72	84	96
			Молоко	50	110	98
			Крупа манная	20	25	20
			Яйцо	0,2	0,9	0,5
			Сахар	9	12	12
			Масло сливочное	3	4	4
			Масло растительное	5	5	5
			Мёд	15	15	15
4	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
5	Молоко	200	Молоко	200	200	200

I смена СРЕДА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Суп лапша с отварной курицей	250/300	Куры	140	198	240
			Лапша	20	30	25
			Картофель	70	100	128
			Лук репчатый	15	20	25
			Морковь	16,67	20	25
			Масло растительное	11	16	20
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Пирожок (самса) с говядиной	140/160/180	Мясо говядины	100	116	125
			Лук репчатый	71,67	80	100
			Мука	20	30	42
			Яйцо	4	0,9	0,5
			Масло сливочное	10	10	12
			Масло растительное	5	5	5
3	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
4	Кисель	200	Кисель концентрат	24	24	24
			Сахар	10	10	10
			Кислота лимонная	0,3	0,3	0,3
5	Фрукты	350	Яблоко	350	350	350

I смена ЧЕТВЕРГ						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Суп рисовый с рыбными фрикадельками	250/300	Филе рыбы	132	160	175
			Картофель	80	100	128
			Масло растительное	11	16	20
			Крупа рис	20	30	25
			Морковь	16,67	20	25
			Лук репчатый	18,34	20	25
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
3	Сыр	12/18/18	Сыр	12	18	18
4	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

I смена ПЯТНИЦА						
	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из моркови	80/100/110	Морковь	117	130	140
			Масло растительное	5	5	6
			Сахар	2	2	2
2	Котлета говяжья	100/120/130	Мясо говядины	130	161	175
			Лук репчатый	18,34	20	25
			Хлеб пшеничный	20	16	24
			Масло растительное	5	5	6
3	Гречка отварная с овощами	120/150/180	Крупа гречневая	40	65	70
			Лук репчатый	25	30	35
			Морковь	25	30	35
			Масло сливочное	3	5	10
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
4	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
5	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукты	10	15	16
			Сахар	15	10	16
6	Фрукты	350	Яблоко	350	350	350

II смена ПОНЕДЕЛЬНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Каша рисовая молочная	250/300	Молоко	260	332	300
			Крупа рис	20	35	40
			Масло сливочное	3	4	8
			Сахар	8	15	15
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
2	Хлеб с маслом сливочным, сыром	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
		5/8/15	Масло сливочное	5	8	15
		12/18/18	Сыр	12	18	18
3	Молоко	200	Молоко	200	200	200

II смена ВТОРНИК						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Котлета говяжья	100/120/130	Мясо говядины	130	171	175
			Лук репчатый	18	20	30
			Хлеб пшеничный	10	24	20
			Масло растительное	5	5	5
2	Гречка отварная с овощами	120/150/180	Крупа гречневая	45	65	80
			Лук репчатый	25	20	30
			Морковь	25	25	30
			Масло сливочное	3	5	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
4	Кисель	165	Кисель концентрат	24	24	24
			Сахар	10	10	10
			Кислота лимонная	0,3	0,3	0,3
5	Фрукты	350	Яблоко	350	350	350

II смена СРЕДА						
№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, брутто/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из капусты с кукурузой	80/100/110	Капуста	95	110	130
			Кукуруза (консерв)	20	25	30
			Масло растительное	3	4	6
2	Плов с курицей	250/300	Куры	168	198	240
			Лук репчатый	20	30	40
			Морковь	30	35	50
			Масло растительное	23	25	40
			Крупа рис	45	65	80
			Томатная паста	4	4	4
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
3	Творожная запеканка с медом	100/110/120	Творог	72	84	96
			Молоко	40	110	98
			Крупа манная	15	20	25
			Яйцо	0,2	0,9	0,5
			Сахар	9	10	12
			Масло сливочное	3	4	4
			Масло растительное	3	5	5
			Мёд	10	15	15
4	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
5	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100

II смена ЧЕТВЕРГ

№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, brutto/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат из моркови	80/100/110	Морковь	110	125	130
			Масло растительное	3	5	6
			Сахар	2	2	2
2	Рыбные тефтели	100/120/130	Филе рыбы	132	160	175
			Хлеб пшеничный	20	24	20
			Лук репчатый	18	20	25
			Масло растительное	5	5	6
3	Картофельное пюре	200/250	Картофель	200	300	300
			Молоко	60	100	100
			Масло сливочное	5	10	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
4	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
5	Мёд	15	Мёд	15	15	15
6	Компот из свежих фруктов	200	Фрукты	150	150	150
			Сахар	10	14	16

II смена ПЯТНИЦА

№	Наименование блюда	Выход блюда/гр	Ингредиенты блюд	Вес, brutto/гр		
				6 (7)-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Борщ с отварной говядиной	250/300	Мясо говядины	122	158	195
			Капуста	60	70	100
			Картофель	70	100	128
			Лук репчатый	12	15	25
			Морковь	12	15	25
			Свекла	35	35	40
			Масло растительное	11	25	24
			Томатная паста	6	6	6
			Соль йодированная	1,2	1,8	2,4
			Мясо говядины	100	115	125
2	Пирожок (самса) с говядиной	140/160/180	Лук репчатый	70	80	100
			Мука	24	30	42
			Яйцо	0,2	0,9	1,1
			Масло сливочное	8	10	12
			Масло растительное	5	5	5
3	Хлеб	24/42/48	Хлеб ржано-пшеничный	24	42	48
4	Сок	100	Сок натуральный	100	100	100