

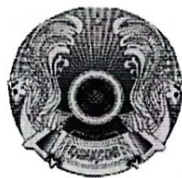
Бекітемін:

Мектеп директоры:  Б.Ж.Жумагулова.

1-11 класс оқушылары арасында 2023-2024 оқу жылына арналған ыстық тамақтануды ұйымдастыру жоспары

№	Іс-шаралар	Мерзімдері	Жауаптылар
1	Мектеп бойынша ыстық тамақтануды ұйымдастыру туралы бұйрық	Тамыз	Директор
2	Ыстық тамақтануды ұйымдастыру бойынша мектептік комиссия құру	Тамыз	Директор
3	1-4 класс балалары ата-аналарының ата-аналар жарналарының есебінен ыстық тамақтануды ұйымдастыру туралы жалпы мектептік жиналысы	Қыркүйек	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог
4	5-11 класс балалары ата-аналарының ата-аналар жарналарының есебінен ыстық тамақтануды ұйымдастыру туралы жалпы мектептік жиналысы	Қыркүйек	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог
5	Жаппай оқыту қорынан оқушыларды тегін ыстық тамақтануды ұйымдастыру: - тамақтану жөніндегі бұйрық - оқушылар тізімдері	Қыркүйек	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог
6	Ыстық тағаммен қамтылған оқушылар тізімдерін жасау	Қыркүйек	Әлеуметтік педагог
7	Мектептік тамақтану блогының паспорты	Қыркүйек	Директор
8	Құрастыру: - тамақтанатын оқушылардың тамақтандыру кестесін; - мұғалімдердің асханадағы кезекшілік кестесін	Қыркүйек	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары,
9	Директордың қатысуымен өтетін жиналыста ыстық тамақтануды ұйымдастыру мәселелерін қарастыру	Жыл бойы	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог
10	Жалпы мектептік ата-аналар комитетінің мәжілістерінде ыстық тамақтануды ұйымдастыру мәселерін қарастыру	Жыл бойы	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог
11	Мектептегі ыстық тамақтану сапасын бақылау	Жыл бойы	Сарапшылық комиссиясы
12	Асхананың санитарлық жай-күйін бақылау	Жыл бойы	Медбике
13	1-11 класс оқушылары арасында салауатты тамақтануды насихаттау (сауалнама, сынып сағаттары, әңгімелесулер, дәрістер, кездесулер)	Жыл бойы	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Медбике
14	Тамақтану бойынша ай сайынғы есепке алу табелін жүргізу	Ай сайын	Әлеуметтік педагог
15	Аудандық білім беру мекемесіне есеп беру	Ай сайын	Директордың тәрбие ісі-жөніндегі орынбасары, Әлеуметтік педагог

Қазақстан Республикасы  
Ақтөбе облысы  
Әйтеке би ауданы  
Ұлғайсын аулы  
«Б.Сейсекенов атындағы жалпы  
средняя  
орта білім беретін мектебі» КММ-сі



Республика Казакстан  
Актюбинская область  
Айтекебийский район  
с.Улғайсын  
КГУ «Общеобразовательная  
школа имени Б.Сейсекенова»

Телефон, факс: 8-713-39-73-5-96

Ұлғайсын селосы

### Бұйрық № 65 (а) н/к

31.08.2023 жыл

«Бракеражды комиссия құру» туралы

Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министірлігінің 2018 жылғы 31 қазандағы №598 бұйрығы мен ҚР Денсаулық сақтау министірлігінің 2021 жылғы 5 тамыздағы ҚР ДСМ №76 бұйрықтары негізінде бракеражды комиссия құрылуын

#### БҰЙЫРАМЫН:

1. Б.Ж.Жумагулова-мектеп директоры, комиссия төрайымы  
Мүшелері:
  2. Ж.М.Молдабаева-директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары
  3. Т.К.Жумабекова-ата-аналар комитеті
  4. Ж.Б.Сахиев-элеуметтік педагог
  5. Г.С.Жумагулова-кәсіподақ төрайымы
  6. М.К.Жумабекова-шаруашылық меңгерушісі
  7. К.Нұртаза-медбике
2. Бракеражды комиссия мүшелеріне жұмыс барысындағы төмендегі міндеттері жеке таныстырылсын.
- дайындалған тағамның сапасын тексеру (күнделікті бракеражды журналға түсіру)
  - мұздатқышта тағамдардың сақталуын қадағалау (аптасына 2 рет)
  - күнделікті ас мәзірін тексеру
- 3.Осы бұйрықтың орындалуын бақылау өзіме қалдырылсын.

Мектеп директоры:  Б.Ж.Жумагулова.



**Б.Сейсекенов атындағы жалпы орта білім беретін мектебі бойынша  
2023-2024 оқу жылында мектеп асханасынан тамақтанатын оқушылар  
туралы мәлімет.**

№	Оқушының аты-жөні	Туған күні, айы, жылы	Класы	Әлеуметтік жағдайы
1	Кеулімжай Шыңғысхан	31.05.2013	5	Көпбалалы отбасы
2	Жанболатұлы Жанарыс	08.07.2013	5	Көпбалалы отбасы
3	Еркебұланұлы Еламан	11.10.2011	6	Жартылай жетім
4	Манарбекқызы Ләззат	16.12.2013	5	Көпбалалы отбасы
5	Қуаныш Нұрқасым	20.07.2012	6	Көпбалалы отбасы
6	Қалыбекова Раушангүл	19.07.2011	7	Көпбалалы отбасы
7	Ниетолла Назерке	04.14.2009	9	Көпбалалы отбасы
8	Қуаныш Нұртас	19.12.2010	7	Көпбалалы отбасы
9	Рыскелді Аякөз	02.12.2011	7	Атаулы әлеуметтік көмек алады
10	Рыскелді Қызғалдақ	12.08.2009	9	Атаулы әлеуметтік көмек алады
11	Жылқыбай Ақбота	23.09.2012	6	Көпбалалы отбасы
12	Жылқыбай Сезім	04.08.2010	8	Көпбалалы отбасы
13	Рауфұлы Аят	03.12.2010	7	Көпбалалы отбасы
14	Жиенғалиев Нұрәділ	28.01.2013	5	Көпбалалы отбасы
15	Ержігіт Нұрислам	03.07.2011	6	Көпбалалы отбасы

Мектеп директоры



**Б.Жумагулова.**

Қазақстан Республикасы  
Ақтөбе облысы  
Әйтеке би ауданы  
Ұлғайсын аулы  
«Б.Сейсекенов атындағы жалпы  
средняя  
орта білім беретін мектебі» КММ-сі



Республика Казакстан  
Актюбинская область  
Айтекебийский район  
с.Улғайсын  
КГУ «Общеобразовательная  
школа имени Б.Сейсекенова»

Телефон, факс: 8-713-39-73-5-96

Ұлғайсын селосы

### Бұйрық № 65 н/к

31.08.2023 жыл

«Ыстық тамақ ұйымдастыру» туралы

«Жалпы білім беретін мектептердегі білім алушылар мен тәрбиеленушілердің жекелеген санаптарына тегін және жеңілдетілген тамақтандыруды ұсыну» туралы Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2020 жылғы 24 сәуірдегі №158 бұйрығының 10-қосымшасына сәйкес

### БҰЙЫРАМЫН:

1. Мектеп бойынша мемлекеттік атаулы әлеуметтік көмек алуға құқығы бар отбасылардан шыққан балаларға, мемлекеттік атаулы көмек алмайтын, жан басына шаққандағы табысы ең төменгі күнкөріс деңгейінің шамасына төмен отбасынан шыққан балаларға, жетім балаларға, ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларға, төтенше жағдайлардың салдарынан шұғыл көмекті қажет ететін отбасыларынан шыққан балаларға, білім беру ұйымының алқалы басқару органы айқындайтын білім алушылар мен тәрбиеленушілерге ыстық тамақ беру ұйымдастырылсын. Жауапты әлеуметтік педагог Ж.Б.Сахиев.
2. Асханалық құрылғылардың дұрыс жұмыс істеуіне және асханадағы өрт қауіпсіздік ережелерінің сақталуына бақылау жүргізілсін. Жауапты директордың шаруашылық ісі жөніндегі орынбасары М.К.Жумабековаға міндеттелсін.
3. Осы бұйрықтың орындалу жауапкершілігі директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары Ж.М.Молдабаеваға лауазымдық қызметтеріне байланысты жүктелсін.

Мектеп директоры:  Б.Ж.Жумагулова.





төраға

Ақтөбе облысы білім басқармасының басшысы Ж.Сұлтан  
(Ақтөбе облысындағы жалпы білім беретін мектептердің тамағын ұйымдастыру бойынша жұмыс тобының мәжілісінің хаттамасы)

**Ақтөбе облысы жалпы білім беретін мектептердің жекелеген сынаттағы және 1-4 сыныптардың барлық оқушыларының тегін ыстық тамағын ұйымдастыруға арналған 2 апталық АС МӘЗІРІ**

I апта  
1-ші күн

Ас мәзірі бойынша бекітілуге тиісті баға 603 теңге

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>Сағат 11.00-ге дейін</b>									
Тары жармасынан жасалған ботқа	Каша пшенная	150	180	200	Тары жармасы	крупa пшeнная	40	47	49
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
					сары май	масло сливочное	22	23	25
Ірімшікпен жасалған бутерброд	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
					ірімшік	сыр	12	17	22
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукт	150	150	150
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай	Чай байховый	2	2	2
					шекер	сахар	20	20	20
<b>Сағат 11.00-ден кейін</b>									
Ет тефтелі соусымен	Тефтели говяжьи с соусом	55/50	65/50	75/50	сыыр еті	мясо говядина	105	115	125
					пияз	лук	20	25	31
					өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					күріш	рис	5	9	11
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	3	4	5
					ун	мука	5	6	8
					қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	20	22	25
Макароны	Макароны отварные	100	130	150	макароны	макароны	33	43	55
					сары май	масло сливочное	2	3	5

					Йодталған тұз	соль	1	1	1
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	Қара шай	Чай байховый	2	2	2
					қант	сахар	20	20	20
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта  
2-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау құс етінен	Плов из курицы	150	180	200	Құс еті	Мясо курицы	117	138	160
					өсімдік майы	масло растительное	8	10	11
					сәбіз	морковь	18	20	24
					пияз	лук	15	17	19
					күріш	рис	50	60	68
Ақ кауданды қырыққабат салаты	Салат из капусты с зеленью	50	60	70	ақ кауданды қырыққабат	капуста белокочанная	50	60	70
					шөптесін /петрушка/	зелень петрушка	6	8	10
					сәбіз	морковь	20	25	30
					өсімдік майы	масло растительное	3	4	5
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					қант	сахар	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта  
3 күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>Сағат 11.00-ге дейін</b>									
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	крупа кукурузная	40	47	49,4
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
					сары май	масло сливочное	22	23	25
					бидай ұны (ж/с)	мука в/с	22	22	22
					сүзбеше	творог	11,5	11,5	11,5

Сүзбеше қосылған тоқаш/Ватрушка/	Ватрушка с творогом	50	50	50	жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	0,19	0,19	0,19
					йодталған тұз	соль	0,01	0,01	0,01
					қант	сахар	10	10	10
					сүт	молоко	11	11	11
					өсімдік майы	масло растительное	2	2	2
					ашытқы	дрожжи	1	1	1
Ара балы	Мед	10	10	10	ара балы	мед	10	10	10
Сүт	Молоко	200	200	200	сүт	молоко	200	200	200
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150
<b>Сағат 11.00-ден кейін</b>									
Ет котлеті соусмен	Котлеты из говядины с соусом	50/50	60/50	70/50	сныр еті	мясо говядина	105	115	125
					пияз	лук	20	23	27
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
					нан	хлеб пшеничный	14	16	18
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					ун	мука	5	6	8
Бытырап піскен қарақұмық	Гречка припущенная	100	130	150	қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	25	25	25
					қарақұмық жармасы	крупa гречка	48	62	71
					сары май	масло сливочное	4	5	6
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	йодталған тұз	соль	1	1	1
					кептірілген қант	сухофрукты сахар	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта

4 -ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	Печенье	30	45	60
Бұқтырылған құс еті көк- өністермен	Курица тушеная с овощами	60/50	70/50	80/50	құс еті	Мясо курицы	140	150	170
					пияз	лук	15	18	21
					өсімдік майы	масло растительное	6	7	8
					шөптесін/ петрушка	зелень петрушка	8	9	10

Гарнир: кырыққабат бұқтырмасы	Капуста тушеная	100	130	150	Йодталған тұз	соль	1	1	1
					сәбіз	морковь	15	18	20
					қырыққабат	капуста белокачанная	143	186	215
					пияз	лук	5	7	8
					сәбіз	морковь	3	4	5
					қызанақ пастасы	томат паста	9	12	14
					бидай ұны	мука	1	1	1
					қант	сахар	3	4	5
Кисель	Кисель	200	200	200	өсімдік майы	масло растительное	4	5	6
					кисель	кисель	24	24	24
					қант	сахар	10	10	10
Нан	Хлеб	20	35	40	лимон қышқылы	кислота лимонная	0,1	0,1	0,1
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

1 апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығым, г			Тағамның ингредиенттері	Ингридиенты	Брутто,г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Салат "Витаминка"	Салат "Витаминка"	50	60	70	ақ қауанды қырыққабат	капуста белокачанная	26	31	36
					сәбіз	морковь	6	7	8
					қияр	огурец	1,1	1,3	1,5
					Аскөк/шөптесін	Укроп/петрушка	5	6	7
					өсімдік майы	масло растительное	3	4	5
					Йодталған тұз	соль	0,7	0,8	1,0
					қант	сахар	4	6	8
Картоп сиыр етімен	Жаркое по домашнему	150	180	200	сиыр еті	мясо говядина	90	107	118
					пияз	лук	15	18	20
					өсімдік майы	масло растительное	6	7	8
					қызанақ пастасы	томат паста	7	8	9
					картоп	картофель	150	180	200
Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200	лимон	лимон	18	18	18
					қант	сахар	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40



1 апта  
6 күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенті	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сөбіз қосылған қырыққабат салаты	Салат из капусты с морковью	50	60	70	ақ қауданды қырыққабат	капуста белокачанная	25,6	30,7	35,8
					сөбіз	морковь	15	18	21
					өсімдік майы	масло растительное	3	4	5
					йодталған тұз	соль	0,7	0,8	1,0
					қант	сахар	4	6	8
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	сыыр еті	мясо говядина	103	113	133
					пияз	лук	20	23	27
					өсімдік майы	масло растительное	3	5	7
					ун	мука	5	6	8
					сөбіз	морковь	25	25	25
Макароньы	Макароньы отварные	100	130	150	макароньы	макароньы	33	43	55
					сары май	масло сливочное	2	3	5
					йодталған тұз	соль	1	1	1
Итмұрын сусыны	Напиток из шиповника	200	200	200	Итмұрын	шиповник	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	қант	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта  
1-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығамы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>Сағат 11.00-ге дейін</b>									
"Достық" ботқасы	Каша дружба молочная	150	180	200	күріш	рис	20	23	25
					тары	пшено	20	23	25
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
Нан ірімшек маймен	Бутерброд с сыром	20/10	35/15	40/20	сары май	масло сливочное	22	22,7	25
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
Тәтті шай	Чай с сахаром	200	200	200	ірімшік	сыр	12	17	22
					Қара шай	Чай байховый	2	2	2
Жемістер	Фрукты	150	150	150	шекер	сахар	20	20	20
					Жемістер	фрукты	150	150	150
<b>Сағат 11.00-ден кейін</b>									



Кисель	Кисель	200	200	200	өсімдік майы	масло растительное	7,5	9	10
					Йодталған тұз	соль	0,5	0,6	0,7
					кисель	кисель	24	24	24
					қант	сахар	10	10	10
					лимон қышқылы	кислота лимонная	0,1	0,1	0,1
Нап	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта  
3-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<b>Сағат 11.00-ге дейін</b>									
Жүгері жармасынан жасалған ботқа	Каша кукурузная молочная	150	180	200	жүгері жармасы	крупа кукурузная	40	47	49,4
					сүт	молоко	80	100	115
					қант	сахар	7,3	9,5	9,8
					Йодталған тұз	соль	0,7	0,8	0,8
					сары май	масло сливочное	22	23	25
Печенье	Печенье	30	45	60	Печенье	Печенье	30	45	60
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150
Ара балы	Мед	10	10	10	ара балы	мед	10	10	10
Сүт	Молоко	200	200	200	сүт	молоко	200	200	200
<b>Сағат 11.00-ден кейін</b>									
Ет биточкілері	Биточки из говядины	50/50	60/50	70/50	сыыр еті	мясо говяжье	105	115	125
					бидай наны	хлеб пшеничный	14	16	18
					пияз	лук	20	23	27
					кептірілген нан	сухари панровочные	8	9	10
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	7
					жұмыртқа (меланж)	яйцо (меланж)	4	5	6
					қызанақ пастасы	томат паста	5	7	10
					сәбіз	морковь	25	25	25
Бытырап піскен қарақұмық	Гречка рассыпчатая	100	130	150	қарақұмық жармасы	крупа гречка	48	62	71
					сары май	масло сливочное	5	7	10
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					қант	сахар	20	20	20
Жемістер	Фрукты	150	150	150	Жемістер	фрукты	150	150	150

Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40
-----	------	----	----	----	------------	----------------	----	----	----

2 апта  
4-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сәбіз бен алма салаты	Салат из моркови с яблоком	50	60	70	сәбіз	морковь	48	64	80
					алма	яблоко	2	3	4
					қант	сахар	8	11	13
					өсімдік майы	масло растительное	5	6	8
Балық котлеті	Котлеты рыбные	50/50	70/50	80/50	балық	рыба судак	123	143	163
					бидай наны	хлеб пшеничный	7	9	11
					сүт	молоко	13	18	20
					пияз	лук	20	23	27
					ун	мука	7	9	11
					қызанақ пастасы	томат паста	6	6	6
					сәбіз	морковь	21	23	25
					пияз	лук	2	2	2
					өсімдік майы	масло растительное	7	9	11
Йодталған тұз	соль	1	1	1					
Картоп сзбесі	Картофельное пюре	100	130	150	картоп	картофель	126	150	174
					сүт	молоко	17	22	26
					сары май	масло сливочное	7	9	10
					Лимон сусыны	Напиток лимонный	200	200	200
Нан	Хлеб	20	35	40	қант	сахар	20	20	20
					бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2-апта  
5-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиентты	Брутто, г		
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Бұқтырылған ет	Мясо тушеное с овощами	80	90	100	сыыр еті	мясо говядина	103	113	133
					пияз	лук	20	23	27
					өсімдік майы	масло растительное	3	5	7
					ун	мука	5	6	8
					сәбіз	морковь	25	25	25
Макароны	Макароны отварные	100	130	150	макароны	макароны	33	43	55
					сары май	масло сливочное	2	3	5
					Йодталған тұз	соль	1	1	1

Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20
					кант	сахар	20	20	20
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40

2 апта  
6-ші күн

Тағамның атауы	Наименование блюда	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Ингредиенты	Брутто, г					
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас			
Голубцы (жалқау) етпен және күрішпен, соуспен	Голубцы ленивые с соусом	200	200	200	ак қауданды	капуста	103	103	103			
					қырыққабат	белокочанная						
					сиыр еті	мясо говядина				100	100	100
					күріш жармасы	крупа рис				10	10	10
					пияз	лук				14	14	14
					өсімдік майы	масло растительное				4	5	6
					қаймақ	сметана				16	16	16
					ұн	мука				5	5	5
сәбіз	морковь	7	9	11								
Нан	Хлеб	20	35	40	бидай наны	хлеб пшеничный	20	35	40			
Кептірілген жеміс компоты	Компот из сухофруктов	200	200	200	кептірілген жеміс	сухофрукты	20	20	20			
					кант	сахар	20	20	20			

