



"Бекітемін"

Ж. Нәжімиденов атындағы

№2 орта мектеп директоры:

Кулбатырова Ж.К.

2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 1-ші күн

| Тағамның атауы                          | Тағамның шығымы |              |              | Тағамның<br>ингредиенттері | Бағасы  | Брутто, г   |              |              | Сумма, тг   |              |              | Тағамның бағасы, тг |              |              |
|-----------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|----------------------------|---------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------------|--------------|--------------|
|                                         | 7-10<br>жас     | 11-14<br>жас | 15-18<br>жас |                            |         | 7-10<br>жас | 11-14<br>жас | 15-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-14<br>жас | 15-18<br>жас | 7-10<br>жас         | 11-14<br>жас | 15-18<br>жас |
| Қызылша салаты                          | 50              | 60           | 70           | қызылша                    | 350,00  | 70          | 80           | 90           | 24,50       | 28,00        | 31,50        | 33,30               | 37,40        | 41,50        |
|                                         |                 |              |              | Қант                       | 600,00  | 2           | 3            | 4            | 1,20        | 1,80         | 2,40         |                     |              |              |
|                                         |                 |              |              | зәйтун майы                | 3800,00 | 2           | 2            | 2            | 7,60        | 7,60         | 7,60         |                     |              |              |
| Палау (сиыр еті)                        | 200             | 230          | 250          | сиыр еті                   | 3800,00 | 100         | 100          | 100          | 380,00      | 380,00       | 380,00       | 420,05              | 428,50       | 433,85       |
|                                         |                 |              |              | күріш                      | 500,00  | 51          | 61           | 68           | 25,50       | 30,50        | 34,00        |                     |              |              |
|                                         |                 |              |              | өсімдік майы               | 1100,00 | 8           | 10           | 11           | 8,80        | 11,00        | 12,10        |                     |              |              |
|                                         |                 |              |              | пияз                       | 250,00  | 9           | 11           | 12           | 2,25        | 2,75         | 3,00         |                     |              |              |
|                                         |                 |              |              | сәбіз                      | 250,00  | 14          | 17           | 19           | 3,50        | 4,25         | 4,75         |                     |              |              |
| Шырын                                   | 150             | 150          | 150          | Шырын                      | 800,00  | 150         | 150          | 150          | 120,00      | 120,00       | 120,00       | 120,00              | 120,00       | 120,00       |
| Қара бидай наны                         | 20              | 35           | 40           | Қара бидай наны            | 419,00  | 20          | 35           | 40           | 8,38        | 14,67        | 16,76        | 8,38                | 14,67        | 16,76        |
| Калориясы, ккал                         |                 |              |              |                            |         |             |              |              |             |              |              |                     |              |              |
| Жалпы рацион бағасы                     |                 |              |              |                            |         |             |              |              |             |              |              | 581,73              | 600,57       | 612,11       |
| 12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы |                 |              |              |                            |         |             |              |              |             |              |              | 651,54              | 672,64       | 685,56       |

Асхана аспазы:

Диетолог:

"Бекітемін"

Ж. Нажімеденов атындағы

№2 орта мектеп директоры:

Кулбатырова Ж.К.

2024 ж.

Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 2-ші күн

| Тағамның атауы                                          | Тағамның шығымы |           |           | Тағамның ингредиенттері | Бағасы   | Брутто, г |           |           | Сумма, тг |           |           | Тағамның бағасы, тг |           |           |
|---------------------------------------------------------|-----------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|-----------|
|                                                         | 7-10 жас        | 11-14 жас | 15-18 жас |                         |          | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас            | 11-14 жас | 15-18 жас |
| Күркетауық филесі<br>томат тұздығымен                   | 60/20           | 80/20     | 90/20     | Күркетауық филесі       | 4100,00  | 93        | 97        | 105       | 381,00    | 397,70    | 430,50    | 476,75              | 515,57    | 566,92    |
|                                                         |                 |           |           | Томат пастасы           | 1200,00  | 15        | 18        | 20        | 18,00     | 21,60     | 24,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Пияз                    | 250,00   | 20        | 23        | 25        | 5,00      | 5,75      | 6,25      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Сәбіз                   | 250,00   | 24        | 26        | 28        | 6,00      | 6,50      | 7,00      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Бидай ұны               | 465,00   | 5         | 6         | 11        | 2,33      | 2,79      | 5,12      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Өсімдік майы            | 4275,00  | 15        | 19        | 22        | 64,13     | 81,23     | 94,05     |                     |           |           |
| Гарнир: макарон                                         | 100             | 130       | 150       | Макарон                 | 635,00   | 50        | 60        | 70        | 31,75     | 38,10     | 44,45     | 74,50               | 89,40     | 108,58    |
|                                                         |                 |           |           | Сары май                | 4275,00  | 10        | 12        | 15        | 42,75     | 51,30     | 64,13     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Тұз                     | 100,00   | 1         | 1         | 1         | 0,1       | 0,1       | 0,10      |                     |           |           |
| Кептірілген жемістерден жасалған компот "С" дәруменімен | 200             | 200       | 200       | Кептірілген жемістер    | 1310,00  | 20        | 20        | 20        | 20,00     | 20,00     | 20,00     | 33,60               | 33,60     | 33,60     |
|                                                         |                 |           |           | Қант                    | 600,00   | 20        | 20        | 20        | 13,00     | 13,00     | 13,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | "С" дәрумені            | 12000,00 | 0,07      | 0,07      | 0,07      | 0,60      | 0,60      | 0,60      |                     |           |           |
| Алма                                                    | 150             | 150       | 150       | Алма                    | 700,00   | 150       | 150       | 150       | 105,00    | 105,00    | 105,00    | 105,00              | 105,00    | 105,00    |
| Қара бидай наны                                         | 20              | 35        | 40        | Қара бидай наны         | 419,00   | 20        | 35        | 40        | 8,38      | 14,67     | 16,76     | 8,38                | 14,67     | 16,76     |
| Калориясы, ккал                                         |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           |                     |           |           |
| Жалпы рацион бағасы                                     |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 698,23              | 758,24    | 830,86    |
| 12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы                 |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 782,02              | 849,23    | 930,56    |

Асхана аспазы:

Диетолог:

"Бекітемін"

Ж. Нажімиденов атындағы

№2 орта мектеп директоры:

Кулбатырова Ж.К.

2024 ж.



Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 3-ші күн

| Тағамның атауы                          | Тағамның шығымы |           |           | Тағамның ингредиенттері | Бағасы   | Брутто, г |           |           | Сумма, тг |           |           | Тағамның бағасы, тг |           |           |
|-----------------------------------------|-----------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|-----------|
|                                         | 7-10 жас        | 11-14 жас | 15-18 жас |                         |          | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас            | 11-14 жас | 15-18 жас |
| Ет бұқтырмасы (сиыр еті)                | 200             | 230       | 250       | Сиыр еті                | 3800,00  | 100       | 100       | 100       | 180,00    | 380,00    | 380,00    | 436,95              | 438,15    | 439,60    |
|                                         |                 |           |           | Орамжапырақ             | 350,00   | 24        | 26        | 28        | 8,40      | 9,10      | 9,80      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Өсімдік майы            | 1100,00  | 8         | 8         | 8         | 8,80      | 8,80      | 8,80      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Картоп                  | 250,00   | 120       | 120       | 120       | 30,00     | 30,00     | 30,00     |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Сәбіз                   | 250,00   | 24        | 24        | 24        | 6,00      | 6,00      | 6,00      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Пияз                    | 250,00   | 15        | 17        | 20        | 3,75      | 4,25      | 5,00      |                     |           |           |
| Кисель "С" дәруменімен                  | 200             | 200       | 200       | Кисель концентраты      | 1100,00  | 24        | 24        | 24        | 26,40     | 26,40     | 26,40     | 33,24               | 33,24     | 33,24     |
|                                         |                 |           |           | Қант                    | 600,00   | 10        | 10        | 10        | 6,00      | 6,00      | 6,00      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Су                      | 0,00     | 190       | 190       | 190       | 0,00      | 0,00      | 0,00      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | "С" дәрумені            | 12000,00 | 0,07      | 0,07      | 0,07      | 0,84      | 0,84      | 0,84      |                     |           |           |
| Қара бидай наны                         | 20              | 35        | 40        | Қара бидай наны         | 419,00   | 20        | 35        | 40        | 8,38      | 14,67     | 16,76     | 8,38                | 14,67     | 16,76     |
| Калориясы, ккал                         |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 478,57              | 486,06    | 489,60    |
| Жалпы рацион бағасы                     |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 536                 | 544,39    | 548,35    |
| 12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           |                     |           |           |

Асхана аспазы:

Диетолог:

*Асхана аспазы: [Signature]*  
*Диетолог: С.А. [Signature]*

"Бекітемін"

Ж. Нәжімиденов атындағы

№2 орта мектеп директоры:

Кулбатырова Ж.К.

2024 ж.



Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 4-ші күн

| Тағамның атауы                                          | Тағамның шығымы |           |           | Тағамның ингредиенттері | Бағасы   | Брутто, г |           |           | Сумма, тг |           |           | Тағамның бағасы, тг |           |           |
|---------------------------------------------------------|-----------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|-----------|
|                                                         | 7-10 жас        | 11-14 жас | 15-18 жас |                         |          | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас            | 11-14 жас | 15-18 жас |
| Тауық етінен котлеттер                                  | 60              | 70        | 80        | Тауық филесы            | 2700,00  | 90        | 100       | 110       | 243,00    | 270,00    | 297,00    | 333,42              | 367,32    | 402,85    |
|                                                         |                 |           |           | Бидай наны              | 424,00   | 13        | 14        | 16        | 5,51      | 5,94      | 6,78      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Пияз                    | 250,00   | 20        | 23        | 25        | 5,00      | 5,75      | 6,25      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Сүт                     | 500,00   | 18        | 21        | 24        | 9,00      | 10,50     | 12,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Нан үгінділері          | 660,00   | 8         | 9         | 10        | 5,28      | 5,94      | 6,60      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Өсімдік майы            | 1100,00  | 5         | 6         | 7         | 5,50      | 6,60      | 7,70      |                     |           |           |
| Тұздық                                                  | 15              | 15        | 15        | Сары май                | 4275,00  | 8         | 8         | 8         | 34,20     | 34,20     | 34,20     | 42,60               | 51,88     | 59,65     |
|                                                         |                 |           |           | Сәбіз                   | 400,00   | 24        | 26        | 28        | 9,60      | 10,40     | 11,20     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Пияз                    | 400,00   | 20        | 23        | 25        | 8,00      | 9,20      | 10,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Бидай ұны               | 465,00   | 5         | 6         | 11        | 2,33      | 2,79      | 5,12      |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Томат пастасы           | 1200,00  | 5         | 5         | 5         | 6,0       | 6,0       | 6,00      |                     |           |           |
| Гарнир: күріш                                           | 100             | 130       | 150       | Күріш                   | 500,00   | 51        | 61        | 68        | 25,50     | 30,50     | 34,00     | 33,60               | 33,60     | 33,60     |
|                                                         |                 |           |           | Сары май                | 4275,00  | 4         | 5         | 6         | 17,10     | 21,38     | 25,65     |                     |           |           |
| Кептірілген жемістерден жасалған компот "С" дәруменімен | 200             | 200       | 200       | Кептірілген жемістер    | 1310,00  | 20        | 20        | 20        | 20,00     | 20,00     | 20,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | Қант                    | 600,00   | 20        | 20        | 20        | 13,00     | 13,00     | 13,00     |                     |           |           |
|                                                         |                 |           |           | "С" дәрумені            | 12000,00 | 0,07      | 0,07      | 0,07      | 0,60      | 0,60      | 0,60      |                     |           |           |
| Қара бидай наны                                         | 20              | 35        | 40        | Қара бидай наны         | 419,00   | 20        | 35        | 40        | 8,38      | 14,67     | 16,76     | 8,38                | 14,67     | 16,76     |
| Калориясы, ккал                                         |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           |                     |           |           |
| Жалпы рацион бағасы                                     |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 418,00              | 467,47    | 512,86    |
| 12% ҚҚС қосқанда рационның жалпы бағасы                 |                 |           |           |                         |          |           |           |           |           |           |           | 468,16              | 523,57    | 574,4     |

Асхана аспазы:

*Асхана аспазы: [Signature]*

Диетолог:

*Диетолог: [Signature]*



"Бекітемін"

Ж. Нажімиденов атындағы

№2 орта мектеп директоры:

Кулбатырова Ж.К.

2024 ж.



Атырау облысының жалпы білім беру ұйымдарында оқушыларды тамақтандыруға арналған 2 апталық тағамдар мәзірі

1 апта 5-ші күн

| Тағамның атауы                          | Тағамның шығымы |           |           | Тағамның ингредиенттері | Бағасы  | Брутто, г |           |           | Сумма, тг |           |           | Тағамның бағасы, тг |           |           |
|-----------------------------------------|-----------------|-----------|-----------|-------------------------|---------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|-----------|
|                                         | 7-10 жас        | 11-14 жас | 15-18 жас |                         |         | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас  | 11-14 жас | 15-18 жас | 7-10 жас            | 11-14 жас | 15-18 жас |
| Кеспе сорпасы                           | 200             | 200       | 220       | Сыыр еті                | 3800,00 | 90        | 100       | 105       | 342,00    | 380,00    | 399,00    | 402,00              | 461,60    | 489,00    |
|                                         |                 |           |           | Сәбіз                   | 250,00  | 6         | 20        | 9         | 1,50      | 5,00      | 2,25      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Пияз                    | 250,00  | 6         | 8         | 9         | 1,50      | 2,00      | 2,25      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Өсімдік майы            | 1100,00 | 6         | 8         | 9         | 6,60      | 8,80      | 9,90      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Кеспе                   | 1400,00 | 36        | 47        | 54        | 50,40     | 65,80     | 75,60     |                     |           |           |
| Запеканка                               | 60              | 70        | 80        | Сүзбе                   | 870,00  | 60        | 70        | 80        | 52,20     | 60,90     | 69,60     | 101,90              | 320,30    | 320,30    |
|                                         |                 |           |           | Қант                    | 600,00  | 10        | 10        | 10        | 6,00      | 6,00      | 6,00      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Ванилин                 | 3000,00 | 1         | 1         | 1         | 3,00      | 3,00      | 3,00      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Жұмыртқа                | 60,00   | 25        | 25        | 25        | 1,50      | 1,50      | 1,50      |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Сары май                | 4275,00 | 8         | 9         | 10        | 34,20     | 8,48      | 42,75     |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Ұнтақ жарма             | 500,00  | 10        | 12        | 15        | 5,0       | 6,0       | 7,50      |                     |           |           |
| Лимон қосылған тәтті шәй                | 200             | 200       | 200       | Шәй                     | 4700,00 | 6         | 6         | 6         | 28,20     | 28,20     | 28,20     | 54,60               | 54,60     | 54,60     |
|                                         |                 |           |           | Қант                    | 600,00  | 20        | 20        | 20        | 12,00     | 12,00     | 12,00     |                     |           |           |
|                                         |                 |           |           | Лимон                   | 1800,00 | 8         | 8         | 8         | 14,40     | 14,40     | 14,40     |                     |           |           |
| Қара бидай наны                         | 20              | 35        | 40        | Қара бидай наны         | 419,00  | 20        | 35        | 40        | 8,38      | 14,67     | 16,76     | 8,38                | 14,67     | 16,76     |
| Калориясы, ккал                         |                 |           |           |                         |         |           |           |           |           |           |           | 566,88              | 851,17    | 880,66    |
| Жалпы рацион бағасы                     |                 |           |           |                         |         |           |           |           |           |           |           | 634,91              | 953,31    | 986,34    |
| 12% ККС қосқанда рационның жалпы бағасы |                 |           |           |                         |         |           |           |           |           |           |           |                     |           |           |

Асхана аспазы: Жеңіс, Кемелұлы

Диетолог: Сей, Саматұлы

Ас

Дис