

« Утверждаю »

Директор ТОО

«А. S. Khan-Companу»



« 1 » сентября 2024 г.

2024 жылдарға арналған Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 7 мектеп-лицейінің қыркүйектің 16-18 жаста бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті мәзір

«Согласованно»

Директор КГУ « Ш-Л № 7

города Щучинск отдела

образования по Бурабайскому

району управления образования

Ақмолинской области »

Сураганов Д. Ч.

« 1 » сентября 2024 г.

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 16 -18 лет КГУ « Школы -Лицей № 7 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Ақмолинской области » на 20 дней на 2024 год

1 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
1 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 1	Котлета из курицы духовая с соусом	100/50	223,2	
Понедельник 1	Гарнир гречка рассыпчатая	150	189	
	Чай с сахаром и молоком	200	86	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/20	161	
Барлығы:				
Итого:			659,2	750
Сейсенбі 1	Салат из капусты и огурцом на растительном масле	100	107	
Вторник 1	Плов из говядины	250	379	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			740,3	750
Сәрсенбі 1	Балоньез	250	457,56	
Среда 1	Сок фруктовый	200	96	
	Хлеб пшеничный	35	186	
	Масло сливочное	20	149,6	
Барлығы:				
Итого:			889,16	
Бейсенбі 1	Салат из моркови с сыром на растительном масле	100	115	
Четверг 1	Суп рисовый с фрикадельками	250	437,4	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	180	
Барлығы:				
Итого:			954,2	750
Жұма 1	Азу с мясом говядины	250	312,15	
Пятница 1	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			595,15	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3838,01

3000

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

767,602

600

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	100/50	223,2	
Понедельник 2	Гарнир гречка рассыпчатая	150	189	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/20	161	
Барлығы:				
Итого:			645,2	750

Сейсенбі 2	Салат хе морковное на растительном масле	100	115	
Вторник 2	Лагман	250	379	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:		695	748,3	750

Сәрсенбі 2	Жаркое с мясом курицы	250	223	
Среда 2	Чай с сахаром и лимоном	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Масло сливочное	20	149,6	
Барлығы:				
Итого:			525,6	750

Бейсенбі 2	Салат из капусты с помидорами на растительном масле	100	111	
Четверг 2	Уха из горбуши	250	241	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	180	
Барлығы:				
Итого:			753,8	750

Жұма 2	Тефтели духовые с соусом	100/50	299	
Пятница 2	Гарнир макароны отварные	150	220,5	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			802,5	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3475,4 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 695,08 750

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Курица отварная с соусом	100/50	176	
Понедельник 3	Гарнир гречка рассыпчатая	150	189	
	Чай с сахаром и лимоном	200	60	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/20	161	
Барлығы:			586	750
Итого:				

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	100	64	
Вторник 3	Балоньез	250	457,56	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			775,86	750
Итого:				

Сәрсенбі 3	Плов из говядины	250	379	
Среда 3	Сок фруктовый	200	96	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Масло сливочное	20	149,6	
Барлығы:			717,6	750
Итого:				

Бейсенбі 3	Салат из капусты и огурцом на растительном масле	100	107	
Четверг 3	Суп рисовый с фрикадельками	250	437,4	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	180	
Барлығы:			946,2	750
Итого:				

Жұма 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	100/50	223,2	
Пятница 3	Гарнир пюре картофельное	150	155,2	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			661,4	750
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3687,06 3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 737,412 750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Котлета из курицы духовая с соусом	100/50	223,2	
Понедельник 4	Гарнир гречка рассыпчатая	150	189	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/20	161	
Барлығы:			645,2	750
Итого:				

Бейсенбі 1	Салат из моркови с сыром на растительном масле	100	115	
Вторник 4	Жаркое по домашнему с мясом говядины	250	302	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			671,3	750
Итого:				

Сейсенбі 4	Манты из говядины	200	381,6	
Среда 4	Сок фруктовый	200	96	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Масло сливочное	20	149,6	
Барлығы:			720,2	750
Итого:				

Бейсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	100	89	
Четверг 4	Уха из горбуши	250	241	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	180	
Барлығы:		855	731,8	750
Итого:				

Жұма 4	Тефтели духовые с соусом	100/50	299	
Пятница 4	Гарнир макароны отварные	150	220,5	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:		955	802,5	750
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3571

3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

714,2

750