

« Утверждаю »

Директор ТОО

«А. S. Khan-Company»

« 1 » сентября 2025г.

«Согласованно»

Директор КГУ «Ш-Л № 7

города Щучинск отдела

образования по Бурабайскому

району управления образования

Акмолинской области »

Жармеев А. Н.

« 1 » сентября 2025г.

2025 жылдарға арналған "Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 7 мектеп-лицейінің" қ-на 15-18 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті мәзір

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 15 -18 лет КГУ «Школы -Лицей № 7 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области » на 20 дней на 2025 год

1 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
1 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 1 Понедельник 1	Плов из птицы Чай с сахаром и молоком Хлеб пшеничный Горошек зеленый	250 200 50 20	364,8 86 133 23,1	
Барлығы: Итого:			606,9	850
Сейсенбі 1 Вторник 1	Салат витаминный с яблоком на растительном масле Говядина отварная , туздык с сочными Какао с молоком Хлеб пшеничный	100 250 200 50	66,3 444 122,3 133	
Барлығы: Итого:			765,6	850
Сәрсенбі 1 Среда 1	Шницель из курицы духовые с соусом Гарнир макароны отварные Напиток каркаде Хлеб пшеничный Фрукт	100/20 180 200 50 120	245,8 267 78 133 85,1	
Барлығы: Итого:			808,9	850
Бейсенбі 1 Четверг 1	Салат из капусты и моркови на растительном масле Рыба запеченная Гарнир пюре картофельное Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	100 100/20 180 200 50	89 273,96 207 42,8 133	
Барлығы: Итого:			745,76	850
Жұма 1 Пятница 1	Митболы с соусом Рагу из овощей Компот из свежих фруктов с изюмом Хлеб пшеничный Фрукт	100/20 180 200 50 120	217,3 221,4 71,3 133 85,1	
Барлығы: Итого:			728,1	850
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3655,26	4250
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			731,052	850

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2	Балоньез из птицы	250	422	
Понедельник 2	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционно	10	36	
Барлығы:				
Итого:			669	850

Сейсенбі 2	Салат из свеклы на растительном масле	100	64	
Вторник 2	Сырне из говядины	250	385,9	
	Компот из свежих фруктов с изюмом	200	71,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:		695	654,2	850

Сәрсенбі 2	Грудка куриная с овощами	100/20	178,5	
Среда 2	Гарнир рис припущенный	180	218	
	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	68,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукт	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			682,9	850

Сейсенбі 2	Салат витаминный с яблоком на растительном масле	100	66,3	
Четверг 2	Рыба запеченная	100/20	273,96	
	Гарнир пюре картофельное	180	207	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			802,56	850

Жұма 2	Салат из моркови на растительном масле	100	115	
Пятница 2	Ежики из говядины	100/20	280	
	Гарнир гречка рассыпчатая	180	225	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			966,9	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3775,56 4250

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 755,112 850

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Куриное филе в сметанном соусе	100	297,9	
Понедельник 3	Гарнир рис с овощами "Коктем"	180	257,3	
	Чай с сахаром и лимоном	200	60	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционнно	10	36	
Барлығы:				
Итого:			784,2	850

Сейсенбі 3	Салат из моркови с огурцом на растительном масле	100	85,66	
Вторник 3	Митболы с соусом	100/20	217,3	
	Гарнир: гречка отварная	180	225	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			789,76	850

Сәрсенбі 3	Сырне из курицы	250	385,9	
Среда 3	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	85,1	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			689,1	850

Бейсенбі 3	Салат из капусты и моркови на растительном масле	100	89	
Четверг 3	Рыба запеченная	100/20	273,96	
	Гарнир пюре картофельное	180	207	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			780,96	850

Жұма 3	Шнитцель из курицы духовые с соусом	100/20	245,8	
Пятница 3	Гарнир макароны отварные	180	267	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			853,2	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3897,22 4250

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 779,444 850

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Курица в томатном соусе	100/20	181,7	
Понедельник 4	Гарнир каша гречневая с овощами	180	221,4	
	Чай с сахаром и молоком	200	86	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционно	10	36	
Барлығы:				
Итого:			658,1	850

Бейсенбі 4	Салат из моркови на растительном масле	100	115	
Вторник 4	Плов из говядины	250	389,7	
	Напиток из шиповника	200	42,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			680,5	850

Сейсенбі 4	Салат из свеклы на растительном масле	100	64	
Среда 4	Ежики из курицы	100/20	211,1	
	Гарнир макароны отварные	180	267	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			838,2	850

Бейсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	100	89	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/20	273,96	
	Гарнир рис припущенный	180	218	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:		855	842,76	850

Жұма 4	Голубцы ленивые с соусом	100/20	212,42	
Пятница 4	Гарнир пюре картофельное	180	207	
	Какао с молоком	200	122,2	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:		955	759,72	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3779,28	4250
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			755,856	850
Барлығы бір айда күніне орташа есеппен:Итого в среднем в день за месяц:			755,37	850