

« Утверждаю »

Директор ТОО

«А. S. Khan-Company»



« 1 » сентября 2025г.

2025 жылдары аралығында Ақмола облысы білім басқармасы Бұрабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 7 мектеп-лицейінің "қ-на 7-10 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті мәзір

«Согласованно»

Директор КГУ «Ш-Л № 7

города Щучинск отдела

образования по Бұрабайскому

району управления образования

Ақмолинской области »

Жаркеев А. Н.



« 1 » сентября 2025г.

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 7-10 лет КГУ «Школы -Лицей № 7 города Щучинск отдела образования по Бұрабайскому району управления образования Ақмолинской 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	200 200 35 20	289,3 86 93 23,1	
Барлығы: Итого:			491,4	725
Сейсенбі 1 Вторник 1	Салат витаминный с яблоком на растительном масле Говядина отварная , туздык с сочными Какао с молоком Хлеб пшеничный	60 200 200 35	39,3 296,7 122,3 93	
Барлығы: Итого:			551,3	725
Сәрсенбі 1 Среда 1	Шницель из курицы духовые с соусом Гарнир макароны отварные Напиток каркаде Хлеб пшеничный Фрукт	70/20 130 200 35 120	174,2 205,4 78 93 85,1	
Барлығы: Итого:			635,7	725
Бейсенбі 1 Четверг 1	Салат из капусты и моркови на растительном масле Рыба запеченная Гарнир пюре картофельное Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	60 70/20 130 200 35	53,4 228,3 149,5 42,8 93	
Барлығы: Итого:			567	725
Жұма 1 Пятница 1	Митболы с соусом Рагу из овощей Компот из свежих фруктов с изюмом Хлеб пшеничный Фрукт	70/20 130 200 35 120	165,9 150,1 71,3 93 85,1	
Барлығы: Итого:			565,4	725
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			2810,8	3625
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			562,16	725

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	200	335,6	
Понедельник 2	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Сыр порционно	10	36	
Барлығы: Итого:			542,6	725

Сейсенбі 2	Салат из свеклы на растительном масле	60	41,8	
Вторник 2	Сырне из говядины	200	257,2	
	Компот из свежих фруктов с изюмом	200	71,3	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы: Итого:			463,3	725

Сәрсенбі 2	Грудка куриная с овощами	70/20	133,9	
Среда 2	Гарнир рис припущенный	130	157,44	
	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	68,3	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукт	120	85,1	
Барлығы: Итого:			537,74	725

Бейсенбі 2	Салат витаминный с яблоком на растительном масле	60	39,3	
Четверг 2	Рыба запеченная	70/20	228,3	
	Гарнир пюре картофельное	130	149,5	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы: Итого:			632,4	725

Жұма 2	Салат из моркови на растительном масле	60	69	
Пятница 2	Ежики из говядины	70/20	208,7	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	162,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы: Итого:			747,1	725

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :	2923,14	3625
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :	584,628	725

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	70	262	
Понедельник 3	Гарнир рис с овощами "Коктем"	100	205,8	
	Чай с сахаром и лимоном	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Сыр порционнo	10	36	
Барлығы:			656,8	725
Итого:				

Сейсенбі 3	Салат из моркови с огурцом на растительном масле	60	51,4	
Вторник 3	Митболы с соусом	70/20	165,9	
	Гарнир: гречка отварная	130	162,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			601,6	725
Итого:				

Сәрсенбі 3	Сырне из курицы	200	257,2	
Среда 3	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	85,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:			520,4	725
Итого:				

Бейсенбі 3	Салат из капусты и моркови на растительном масле	60	53,4	
Четверг 3	Рыба запеченная	70/20	228,3	
	Гарнир пюре картофельное	130	149,5	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			602,2	725
Итого:				

Жұма 3	Шнитцель из курицы духовые с соусом	70/20	174,2	
Пятница 3	Гарнир макароны отварные	130	205,4	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:			680	725
Итого:				

Алта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3061 3625

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 612,2 725

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Күрица в томатном соусе	70/20	146,9	
Понедельник 4	Гарнир каша гречневая с овощами	130	140,1	
	Чай с сахаром и молоком	200	86	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Сыр порционнно	10	36	
Барлығы:				
Итого:			502	725

Сейсенбі 4	Салат из моркови на растительном масле	60	69	
Вторник 4	Плов из говядины	200	291,3	
	Напиток из шиповника	200	42,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			496,1	725

Сәрсенбі 4	Салат из свеклы на растительном масле	60	41,8	
Среда 4	Ежики из курицы	70/20	183,1	
	Гарнир макароны отварные	130	205,4	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			686,4	725

Бейсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	60	39,3	
Четверг 4	Рыба запеченная	70/20	228,3	
	Гарнир рис припущенный	130	157,44	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			646,84	725

Жұма 4	Голубцы ленивые с соусом	70/20	227,43	
Пятница 4	Гарнир пюре картофельное	130	191,5	
	Какао с молоком	200	122,2	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			719,23	725

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3050,57 3625

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

610,114 725

Барлығы бір айда күніне орташа есеппен:Итого в среднем в день за месяц:

592,28 725