

« Утверждаю »

Директор ТОО

«A. S. Khan-Company»

«Согласованно»

Директор КГУ «Ш-Л № 7

города Щучинск отдела
образования по Бурабайскому
району управления образования
Акмолинской области »

Жаркеев А. Н.

« 1 » сентября 2025г.

« 1 » сентября 2025г.

2025 жылда арналған Акмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының
№ 7 мектеп-лицейінің қ-на 11-15 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті мәзір

Ежедневное меню для организации питания учащихся с 11 -15 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	Плов из птицы	220	320,3	
Понедельник 1	Чай с сахаром и молоком	200	86	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Горошек зеленый	20	23,1	
Барлығы:			562,4	850
Итого:				
Сейсенбі 1	Салат витаминный с яблоком на растительном масле	80	43,6	
Вторник 1	Говядина отварная , туздык с сочными	220	352,5	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:			651,4	850
Итого:				
Сәрсенбі 1	Шнитцель из курицы духовые с соусом	90/20	177,9	
Среда 1	Гарнир макароны отварные	150	231	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукт	120	85,1	
Барлығы:			705	850
Итого:				
Бейсенбі 1	Салат из капусты и моркови на растительном масле	80	71,2	
Четверг 1	Рыба запеченная	90/20	251,13	
	Гарнир пюре картофельное	150	172,5	
	Напиток из шиповника	200	42,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:			670,63	850
Итого:				
Жұма 1	Митболы с соусом	90/20	208,5	
Пятница 1	Рагу из овощей	150	182,5	
	Компот из свежих фруктов с изюмом	200	71,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукт	120	85,1	
Барлығы:			680,4	850
Итого:				
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			3269,83	4250
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			653,966	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	220	372,3	
Понедельник 2	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционно	10	36	
Барлығы: Итого:			619,3	850

Сейсенбі 2	Салат из свеклы на растительном масле	80	51,2	
Вторник 2	Сырне из говядины	220	315,2	
	Компот из свежих фруктов с изюмом	200	71,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы: Итого:		695	570,7	850

Сәрсенбі 2	Грудка куриная с овощами	90/20	163,6	
Среда 2	Гарнир рис припущенный	150	181,66	
	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	68,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукт	120	85,1	
Барлығы: Итого:			631,66	850

Сейсенбі 1	Салат витаминный с яблоком на растительном масле	80	43,6	
Четверг 2	Рыба запеченная	90/20	251,13	
	Гарнир пюре картофельное	150	172,5	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы: Итого:			722,53	850

Жұма 2	Салат из моркови на растительном масле	80	92	
Пятница 2	Ежики из говядины	90/20	236,7	
	Гарнир гречка рассыпчатая	150	187,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы: Итого:			863,1	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3407,29 4250

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 681,458 850

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	90	277,4	
Понедельник 3	Гарнир рис с овощами "Коктем"	150	237	
	Чай с сахаром и лимоном	200	60	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционнo	10	36	
Барлығы:				
Итого:			743,4	850

Сейсенбі 3	Салат из моркови с огурцом на растительном масле	80	68,52	
Вторник 3	Митболы с соусом	90/20	208,5	
	Гарнир: гречка отварная	150	187,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			726,32	850

Сәрсенбі 3	Сырне из курицы	220	315,2	
Среда 3	Напиток "Денсаулық" яблочно лимонный	200	85,1	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			618,4	850

Бейсенбі 3	Салат из капусты и моркови на растительном масле	80	71,2	
Четверг 3	Рыба запеченная	90/20	251,13	
	Гарнир пюре картофельное	150	172,1	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы:				
Итого:			705,43	850

Жұма 3	Шнитцель из курицы духовые с соусом	90/20	177,9	
Пятница 3	Гарнир макароны отварные	150	231	
	Какао с молоком	200	122,3	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы:				
Итого:			749,3	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3542,85 4250

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 708,57 850

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	90/20	168,9	
Понедельник 4	Гарнир каша гречневая с овощами	150	184,5	
	Чай с сахаром и молоком	200	86	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Сыр порционнo	10	36	
Барлығы: Итого:			608,4	850

Бейсенбі 4	Салат из моркови на растительном масле	80	92	
Вторник 4	Плов из говядины	220	326,1	
	Напиток из шиповника	200	42,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы: Итого:			593,9	850

Сейсенбі 4	Салат из свеклы на растительном масле	80	51,2	
Среда 4	Ежики из күрицы	90/20	209,1	
	Гарнир макароны отварные	150	231	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы: Итого:			787,4	850

Бейсенбі 4	Салат витаминный на растительном масле	80	43,6	
Четверг 4	Рыба запеченная	90/20	251,13	
	Гарнир рис припущенный	150	181,66	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	50	133	
Барлығы: Итого:		855	738,19	850

Жұма 4	Голубцы ленивые с соусом	90/20	190,54	
Пятница 4	Гарнир пюре картофельное	150	172,5	
	Какао с молоком	200	122,2	
	Хлеб пшеничный	50	133	
	Фрукты	120	85,1	
Барлығы: Итого:		955	703,34	850

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3431,23 4250
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 686,246 850
Барлығы бір айда күніне орташа есеппен:Итого в среднем в день за месяц: 682,56 850