

« Утверждаю »

Директор ТОО

«А. S. Khan-Compani»

Сыздықов А.С.
« 29 » января 2024г.

«Согласованно»

Директор КГУ «ОШ № 4

города Щучинск отдела

образования по Бурабайскому

району управления образования

Акмолинской области »

Абдилова Д.М.
« 29 » января 2024 г.

2024 жылдарға арналған "Ақмола облысы білім басқармасы Бурабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 4 жалпы білім беретін мектебінің" қ-на 7-10 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті ас мәзірі

Перспективное 4-х недельное меню для организации питания учащихся с 7-10 лет КГУ « Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области » 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	Суп кеспе	200	184	
Понедельник 1	Курица отварная с соусом	80/30	146	
	Гарнир гречка рассыпчатая	100	126	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:			624,49	645
Итого:				
Сейсенбі 1	Суп гороховый	200	112	
Вторник 1	Лагман	200	303,3	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			669,6	645
Итого:				
Сәрсенбі 1	Салат Хе морковное на растительном масле	50	41	
Среда 1	Борщ	200	126	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			432	645
Итого:				
Бейсенбі 1	Суп пшениный	200	131	
Четверг 1	Рыба припущенная	80/30	192	
	Гарнир рис припущенный	100/20	109	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			653,8	645
Итого:				
Жұма 1	Рассольник	200	140	
Пятница 1	Тефтели духовые с соусом	80/30	253	
	Гарнир макароны отварные	100	147	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			898,1	645
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3277,99

3225

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

655,598

645

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2	Котлета из курицы духовая с соусом	80/30	188,9	
Понедельник 2	Гарнир гречка рассыпчатая	100	126	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:				
Итого:			483,39	645

Сейсенбі 2	Борщ	200	126	
Вторник 2	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			683,5	645

Сәрсенбі 2	Суп гороховый	200	112	
Среда 2	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			761,05	645

Бейсенбі 2	Суп рисовый	200	130	
Четверг 2	Рыба запеченная	80/30	192	
	Гарнир пюре картофельное	100	105	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	186	
Барлығы:				
Итого:			741,8	645

Жұма 2	Салат витаминный на растительном масле	50	51,9	
Пятница 2	Свекольник	200	130	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			540	645

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

3209,74

3225

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

641,948

645

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	(ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	200	184	
Понедельник 3	Гречка по «купечески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:				
Итого:			710,34	645

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	50	32	
Вторник 3	Суп гороховый	200	112	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			398,3	645

Сәрсенбі 3	Суп пшеничный	200	131	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			815,6	645

Бейсенбі 3	Борщ	200	126	
Четверг 3	Рыба припущенная	80/30	192	
	Гарнир рис припущенный	100	109	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:				
Итого:			648,8	645

Жұма 3	Рассольник	200	140	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	80/30	188,8	
	Гарнир пюре картофельное	100	105	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			565,1	645

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3138,14 3225

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 627,628 645

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Биточки из курицы духовые с соусом	80/30	188,9	
Понедельник 4	Гарнир гречка рассыпчатая	100	126	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:				
Итого:			483,36	645

Сейсенбі 4	Борщ	200	126	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			683,5	645

Сәрсенбі 4	Суп гороховый	200	112	
Среда 4	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			761,05	645

Бейсенбі 4	Суп гречневый	200	130	130
Четверг 4	Рыба запеченная	80/30	192	290
	Гарнир пюре картофельное	100	105	140
	Компот из сухофруктов	200	128,8	80
	Хлеб пшеничный	35	93	15
Барлығы:				
Итого:			648,8	645

Жұма 4	Салат витаминный на растительном масле	50	51,9	
Пятница 4	Свекольник	200	130	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:				
Итого:			540	645

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 3116,71 3225

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 623,342 645

645

«Утверждено»
Директор ТОО
«A.S.Khan Company»
Рыздықов А. С.
«29» января 2024г.

«Согласованно»
Директор КГУ «ОШ № 4
города Щучинск отдела
образования по Бұрабайскому
району управления образования
Ақмолинской области»
Абдилова Д.М.
«29» января 2024 г.

2024 жылдарға арналған "Ақмола облысы білім басқармасы Бұрабай ауданы бойынша білім бөлімінің Щучинск қаласының № 4 жалпы білім беретін мектебінің" қ-на 11-14 жастан бастап оқушыларды тамақтандыруды ұйымдастыру үшін күнделікті ас мәзірі

Перспективное 4-х недельное меню для организации питания учащихся с 11-14 лет КГУ «Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бұрабайскому району управления образования Ақмолинской области» 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 Понедельник 1	Суп кеспе Курица отварная с соусом Гарнир гречка рассыпчатая Чай с сахаром Хлеб пшеничный с сыром	250 100/50 130 200 35/10	230 176 163,8 72 96,49	
Барлығы: Итого:			738,29	750
Сейсенбі 1 Вторник 1	Суп гороховый Лагман Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Мед пчелиный	250 200 200 35 10	140 303,3 128,8 93 32,5	
Барлығы: Итого:			697,6	750
Сәрсенбі 1 Среда 1	Салат Хе морковное на растительном масле Борщ Жаркое с мясом говядины Напиток лимонный Хлеб пшеничный Фрукты	70 250 200 200 35 100	69 158 241,6 60 93 112	
Барлығы: Итого:			733,6	750
Бейсенбі 1 Четверг 1	Суп пшениный Рыба припущенная Гарнир рис припущенный Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	250 100/50 130 200 35	164 262 224 128,8 93	
Барлығы: Итого:			871,8	750
Жұма 1 Пятница 1	Рассольник Тефтели духовые с соусом Гарнир макароны отварные Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный Ватрушка с творогом	250 100/50 130 200 35 60	175 345 191,1 115,1 93 150	
Барлығы: Итого:			1069,2	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

4110,49 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

822,098 750

2 апта	Тағамдардың атауы	шығу (грамм)	калория мөлшері (ккал)	бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 2	Котлета из курицы духовая с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	126	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:				
Итого:			777,02	750

Сейсенбі 2	Борщ	250	158	
Вторник 2	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			715,5	750

Сәрсенбі 2	Суп гороховый	250	140	
Среда 2	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			789,05	750

Бейсенбі 2	Суп рисовый	250	162,5	
Четверг 2	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	186	
Барлығы:				
Итого:			875,8	750

Жұма 2	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Пятница 2	Свекольник	250	162,5	
	Биточки из мяса говядины духовые с соусом	100/50	217,8	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:	Ватрушка с творогом	60	150	
Итого:			993	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

4150,37 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

830,074 750

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	(грамм)	(ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	250	230	
Понедельник 3	Гречка по «купечески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:			756,34	750
Итого:				

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	70	44,8	
Вторник 3	Суп гороховый	250	140	
	Азу с мясом говядины	200	241,6	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			680,7	750
Итого:				

Сәрсенбі 3	Борщ	250	158	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			842,6	750
Итого:				

Бейсенбі 3	Суп пшеничный	250	164	
Четверг 3	Рыба припущенная	100/50	262	
	Гарнир рис припущенный	130	224	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			871,8	750
Итого:				

Жұма 3	Рассольник	250	175	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	100/50	217,8	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			849,4	750
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

4000,84 3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

800,168 750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 4	Биточки из курицы духовые с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Чай с сахаром и молоком	200	171	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:			913,79	750
Итого:				

Сейсенбі 4	Борщ	200	158	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			715,5	750
Итого:				

Сәрсенбі 4	Суп гороховый	250	140	
Среда 4	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			789,05	750
Итого:				

Бейсенбі 4	Суп гречневый	250	162,5	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			782,8	750
Итого:				

Жұма 4	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Пятница 4	Свекольник	250	162,5	
	Тефтели духовые с соусом	100/50	345	
	Гарнир макароны отварные	130	191,1	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			1147,5	750
Итого:				

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

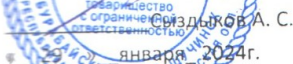
4348,64

3750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

869,728

750



« 29 » января 2024 г.

Перспективное 4-х недельное меню для организации питания учащихся с 15-18 лет КГУ «Общеобразовательной Школы № 4 города Щучинск отдела образования по Бурабайскому району управления образования Акмолинской области» на 2024 год

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :	4110,49	3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :	822,098	750

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

2 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
2 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 2	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 2	Котлета из курицы духовая с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	126	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:				
Итого:			777,02	750

Сейсенбі 2	Борщ	250	158	
Вторник 2	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:				
Итого:			715,5	750

Сәрсенбі 2	Суп гороховый	250	140	
Среда 2	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:				
Итого:			789,05	750

Бейсенбі 2	Суп рисовый	250	162,5	
Четверг 2	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	186	
Барлығы:				
Итого:			875,8	750

Жұма 2	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Пятница 2	Свекольник	250	162,5	
	Биточки из мяса говядины духовые с соусом	100/50	217,8	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:	Ватрушка с творогом	60	150	
Итого:			993	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю : 4150,37 3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день : 830,074 750

3 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
3 неделя	Наименование блюд	(грамм)	(ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 3	Суп кеспе	250	230	
Понедельник 3	Гречка по «купечески»	200	357,85	
	Чай с сахаром	200	72	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,49	
Барлығы:			756,34	
Итого:				750

Сейсенбі 3	Салат из свеклы на растительном масле	70	44,8	
Вторник 3	Суп гороховый	250	140	
	Азу с мясом говядины	200	241,6	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:	Мед пчелиный	10	32,5	
Итого:			680,7	750

Сәрсенбі 3	Борщ	250	158	
Среда 3	Манты из мяса говядины	200	381,6	
	Напиток лимонный	200	60	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Ватрушка с творогом	60	150	
Барлығы:			842,6	
Итого:				750

Бейсенбі 3	Суп пшеничный	250	164	
Четверг 3	Рыба припущенная	100/50	262	
	Гарнир рис припущенный	130	224	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			871,8	
Итого:				750

Жұма 3	Рассольник	250	175	
Пятница 3	Котлеты из мяса говядины духовые с соусом	100	217,8	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:	Фрукты	100	112	
Итого:			849,4	750

Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :

Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :

4000,84
800,168

3750
750

4 апта	Тағамдардың атауы	Шығу (грамм)	Калория мөлшері (ккал)	Бағасы (теңге)
4 неделя	Наименование блюд	Выход (грамм)	Калорийность (ккал)	Цена (тенге)
Дүйсенбі 4	Суп лапша по домашнему	250	230	
Понедельник 4	Биточки из курицы духовые с соусом	100/50	252,53	
	Гарнир гречка рассыпчатая	130	163,8	
	Чай с сахаром и молоком	200	171	
	Хлеб пшеничный с сыром	35/10	96,46	
Барлығы:			913,79	750
Итого:				
Сейсенбі 4	Борщ	200	158	
Вторник 4	Плов из говядины	200	303,2	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Мед пчелиный	10	32,5	
Барлығы:			715,5	750
Итого:				
Сәрсенбі 4	Суп гороховый	250	140	
Среда 4	Балоньез	200	366,05	
	Напиток каркаде	200	78	
	Хлеб пшеничный	35	93	
	Фрукты	100	112	
Барлығы:			789,05	750
Итого:				
Бейсенбі 4	Суп гречневый	250	162,5	
Четверг 4	Рыба запеченная	100/50	262	
	Гарнир пюре картофельное	130	136,5	
	Компот из сухофруктов	200	128,8	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:			782,8	750
Итого:				
Жұма 4	Салат витаминный на растительном масле	70	90,8	
Пятница 4	Свекольник	250	162,5	
	Тефтели духовые с соусом	100/50	345	
	Гарнир макароны отварные	130	191,1	
	Кисель плодово-ягодный	200	115,1	
	Хлеб пшеничный	35	93	
Барлығы:	Ватрушка с творогом	60	150	
Итого:			1147,5	750
Апта ішіндегі жиыны : Итого за неделю :			4348,64	3750
Күніне орта есеппен барлығы : Итого в среднем в день :			869,728	750