



**1 апта Әлеуметтік ас-мәзірі**

Тағамдардың атауы	7-10лет		11-14лет		15-18лет		бағасы
	Шығу	Ккал	шығу	Ккал	шығу	Ккал	
<b>1 күн</b>							
Қаракұмық сорпасы	200	31,56	230	42,08	250	52,6	
Тауық етінен жасалған қуырдақ	200	259,2	230	336,96	250	388,8	
алма	1шт	104	200	104	200	104	
кант қосылған кара шай	200	101,2	200	101,2	200	101,2	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>572,16</b>		<b>698,54</b>		<b>799</b>	<b>450тнг</b>
<b>2 күн</b>							
Қаймақ қосылған борщ	200	307,3	230	353,4	250	384,13	
Сиыр етімен палау	200	259,2	230	336,96	250	388,8	
Жеміс-жидек киселі	200	76,4	200	76,4	200	76,4	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>719,1</b>		<b>881,06</b>		<b>1001,73</b>	<b>450тнг</b>
<b>3 күн</b>							
Щи балғын қырыққабаттан	200	85,9	230	114,5	250	143,16	
Үйдегідей тоқаштар	50	126,2	50	145,13	50	157,75	
Көкөніс етпен	50/50	267,6	65/65	348	75/75	386,67	
Бидай ботқасы	100	90,38	130	117,5	150	135,57	
кант қосылған кара шай	200	101,2	200	101,2	200	101,2	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>747,48</b>		<b>940,63</b>		<b>1076,75</b>	<b>450тнг</b>
<b>4 күн</b>							
сорпа	200	72,9	230	97,2	250	121,5	
Биточки етпен және соуспен	80/30	62,7	90/40	62,7	100/50	62,7	
қайнатылған макарондар	100	286	130	457,6	150	572	
бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8	
кант қосылған кара шай	200	101,2	200	101,2	200	101,2	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>631,8</b>		<b>865,8</b>		<b>1042,6</b>	<b>450тнг</b>
<b>5 күн</b>							
Картоп езбесі	200	72,9	230	97,2	250	121,5	
Шницель тауық етімен соуспен	80/30	439	90/40	482,9	100/50	526,8	
Қаракұмық ботқасы	100	80,5	130	104,65	150	120,75	
Табиғи шырын	200	100	200	100	200	100	
күлше	30	32,8	30	32,8	30	32,8	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>801,4</b>		<b>931,85</b>		<b>1054,25</b>	<b>450тнг</b>
<b>жалпы 5 күнге</b>		<b>3471,94</b>		<b>4317,88</b>		<b>4974,33</b>	
<b>күндік ортақ баға</b>		<b>694,388</b>		<b>863,576</b>		<b>994,866</b>	

Зав. производства:



  
**Бекітемін**  
**№19 ЖОМ КММ**  
**Павлодар**  
**Басшысы**  
**Бекбаева А.Т.**

**2 аптаға әлеуметтік ас-мәзірі**

тағамдардың атауы	7-10лет		11-14лет		15-18лет		бағасы
	шығу	Ккал	шығу	Ккал	шығу	Ккал	
<b>1 күн</b>							
макарон қосылған сүт ботқасы	200	157,5	230	181,13	250	196,88	
Күлше	30	119,56	30	119,56	30	119,56	
Палау	200	347,2	230	416,64	250	462,93	
қант қосылған кара шай	200	101,2	200	101,2	200	101,2	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>барлығы жалпы</b>		<b>801,66</b>		<b>932,83</b>		<b>1032,97</b>	<b>450тнг</b>
<b>2 күн</b>							
Бұршақ сорпасы	200	53	230	84,8	250	106	
үйдегідей қуырдақтар	200	124,1	230	139,61	250	155,13	
қызылша салаты	80	227,9	90	250,69	100	273,48	
компот	200	55,1	200	55,1	200	55,1	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>барлығы жалпы</b>		<b>536,3</b>		<b>644,5</b>		<b>742,11</b>	<b>450тнг</b>
<b>3 күн</b>							
көкөніс сорпасы	200	58,2	230	66,93	250	72,75	
Тефтели етпен	80/20	53,9	90/40	70,07	100/50	80,85	
бидай ботқасы	100	108,2	130	108,2	150	108,2	
сүзбе қосылған тоқаш	50	50,1	50	65,13	50	75,15	
жеміс-жидек киселі	200	76,4	200	76,4	200	76,4	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>барлығы жалпы</b>		<b>423</b>		<b>501,03</b>		<b>565,75</b>	<b>450тнг</b>
<b>4 күн</b>							
қызылша салаты	200	56,3	230	75,07	250	93,83	
витамин салаты	80	105	90	120,75	100	131,25	
Котлета еспен, тұздықпен	80/20	274,4	90/40	301,84	100/50	329,28	
күріш	100	80,5	130	104,65	150	120,75	
лимон қосылған шай	200	41,17	200	41,17	200	41,17	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>барлығы жалпы</b>		<b>633,57</b>		<b>757,78</b>		<b>868,68</b>	<b>450тнг</b>
<b>5 күн</b>							
макарон қосылған сүт ботқасы	200	72,2	230	830,3	250	90,25	
Ұй тоқаштары	50	106,13	50	106,13	50	106,13	
Котлета тауық етінен	80/20	66	90/40	85,8	100/50	99	
арпа ботқасы	100	87,4	130	87,4	150	87,4	
қант қосылған кара шай	200	32,8	200	32,8	200	32,8	
нан	20	76,2	30	114,3	40	152,4	
<b>Барлығы күніне</b>		<b>440,73</b>		<b>1256,73</b>		<b>567,98</b>	<b>450тнг</b>
<b>Барлығы жалпы</b>		<b>2835,26</b>		<b>4092,87</b>		<b>3777,49</b>	
<b>Барлығы</b>		<b>567,052</b>		<b>818,574</b>		<b>755,498</b>	

Зав. производства:



**1 аптаға арналған ас-мәзірі**

Тағамдардың атауы	6-11 лет					баға
	шығу	ақуыз	майлар	көмірсу	Ккал	
<b>1 күн</b>						
Қарақұмық сорпасы	200	2,3	3	12,7	62,4	
алма	1шт	1	2	22,8	104	
Қант қосылған қара шай	200	0,3	0,1	24,9	101,2	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>Барлығы күніне</b>		<b>11,3</b>	<b>6,5</b>	<b>64,17</b>	<b>343,8</b>	<b>450тнг</b>
<b>2 күн</b>						
Палау	200	16,6	20,9	18,6	328,9	
жеміс-жидек киселы	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>Барлығы күніне</b>		<b>24,4</b>	<b>22,4</b>	<b>41,17</b>	<b>481,5</b>	<b>450тнг</b>
<b>3 күн</b>						
Сұлы ботқасы	200	7,5	9,4	34,1	251,4	
Үйдегідей тоқаш	50	36	3,4	23,5	139	
Қант қосылған қара шай	200	0,1	0	2,3	9,5	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>Барлығы күніне</b>		<b>51,3</b>	<b>14,2</b>	<b>63,67</b>	<b>476,1</b>	<b>450тнг</b>
<b>4 күн</b>						
Биточки етпен	80/30	17,7	20,9	25	359,1	
қайнатылған макарондар	100	2,4	10,2	10,2	80,5	
бал	10	0,08	0	0,8	32,8	
Қант қосылған қара шай	200	0,3	0,1	24,9	101,2	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>Барлығы күніне</b>		<b>28,18</b>	<b>32,6</b>	<b>64,67</b>	<b>649,8</b>	<b>450тнг</b>
<b>5 күн</b>						
күріш ботқасы	200	4,2	6,6	4,4	72,9	
табиғи шырын	200	1,4	0,2	26,4	100	
күлше	30	1,91	4,27	170,3	119,56	
нан	20	76,2	0	0,8	76,2	
<b>барлығы күніне</b>		<b>83,71</b>	<b>11,07</b>	<b>201,9</b>	<b>368,66</b>	<b>450тнг</b>
<b>барлығы 5 күнде</b>		<b>1413,29</b>	<b>86,77</b>	<b>435,58</b>	<b>2319,9</b>	
<b>жалпы күніне</b>		<b>282,658</b>	<b>17,354</b>	<b>87,116</b>	<b>463,97</b>	

Зав. производства:





2 аптаға арналған ас-мәзірі

Тағамдар атауы	6-11 лет					бағасы
	шығу	ақуыз	майлар	көмірсу	Ккал	
<b>1 күн</b>						
макарон қосылған сүт ботқасы	200	4,3	7	19,2		
Қант қосылған қара шай	200	0,3	0,1	24,9	101,2	
күлше	30	1,91	4,27	170,3	119,56	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>барлығы күніне</b>		<b>14,21</b>	<b>12,77</b>	<b>218,17</b>	<b>296,96</b>	<b>450тнг</b>
<b>2 күн</b>						
тауық етінен қуырдақтар	200	124,1	230	139,61	250	
қызылша салаты	60	12,6	0,02	26,7	227,9	
Компот	200	55,1	200	55,1	200	
нан	20	76,2	30	114,3	40	
<b>барлығы күніне</b>		<b>268</b>	<b>460,02</b>	<b>335,71</b>	<b>717,9</b>	<b>450тнг</b>
<b>3 күн</b>						
көкөніс сорпасы	200	58,2	230	66,93	250	
сүтке салмасы бар тоқаштар	50	2,8	2,9	19,3	114,7	
жеміс-жидек кисельі	200	76,4	200	76,4	200	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>барлығы күніне</b>		<b>145,1</b>	<b>434,3</b>	<b>166,4</b>	<b>640,9</b>	<b>450тнг</b>
<b>4 күн</b>						
еттен жасалған тұздығы бар котлета	80/20	2,5	6,4	20,7	274,4	
күріш	100	80,5	130	104,65	150	
Лимон қосылған шай	200	411,7	200	658,72	200	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>барлығы күніне</b>		<b>502,4</b>	<b>337,8</b>	<b>787,84</b>	<b>700,6</b>	<b>450тнг</b>
<b>5 күн</b>						
арпа ботқасы	200	3,4	6,5	22,9	163,8	
үй тоқаштары	50	4,5	6,9	33,7	106,13	
Қант қосылған қара шай	200	0,3	0,1	24,9	101,2	
нан	20	7,7	1,4	3,77	76,2	
<b>барлығы күніне</b>		<b>15,9</b>	<b>14,9</b>	<b>85,27</b>	<b>447,33</b>	<b>450тнг</b>
<b>барлығы 5 күнде</b>		<b>945,61</b>	<b>1259,79</b>	<b>1593,39</b>	<b>2803,69</b>	
<b>жалпы барлығы</b>		<b>189,122</b>	<b>251,958</b>	<b>318,678</b>	<b>560,738</b>	

Зав. производства: