

"Бекітемін"

Ә. Бөкейхан атындағы

Ішкірей мектебінің басшысы

Жусупова Л.Б.



Ә.Бөкейхан атындағы

Лицей - мектеп оқушыларының

тағамын ұйымдастыруға арналған

2 апталық ас мәзірі.

2022-2023 оқу жылы

(қыс - көктем)

"Бекітемін"

Ә. Бөкейхан атындағы

Лицей - мектебінің басшысы

Жусупова Д.Б.



Ә.Бөкейхан атындағы

Лицей - мектеп оқушыларының

тағамын ұйымдастыруға арналған

2 апталық ас мәзірі.

2022-2023 оқу жылы

(қыс - көктем)



"Бекітемін"
 Бокейхан атындағы
 лицей мектебінің басшысы
 Жүсіпова Л.Б.

альное меню 1 неделя

Наименование блюда	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	307,3	250	353,4
Жаркое с мясом говядины	200	259,2	250	336,96
Кисель плодово-ягодный	200	76,4	200	76,4
Фрукты	200	104	200	104
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		823,1		985,06
2 день				
Рассольник с мясом говядины	200	62,4	250	78
Салат из моркови на р/м	60	60,51	100	100,85
плов из мяса говядины	200	129	250	172
мед	10	32,8	10	32,8
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		668,88		843,1
3 день				
Суп крестьянский с говядиной	200	85,9	250	114,5
Филе куриное с овощами	100	267,6	150	348
Макароны	100	90,38	150	117,5
Компот из сухофруктов	200	116	200	116
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		668,88		843,1
4 день				
Суп гороховый с говядиной	200	53,6	250	53,6
Котлета рыбная	80/30	62,7	100/50	62,7
Картофельное пюре	100	88,2	150	132,3
Сок натуральный	200	92	200	92
Булочка домашняя	50	91,7	50	91,7
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		464,4		546,6
5 день				
Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	72,9	250	97,2
Шницель мясной с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Каша гречневая	100	286	150	429
Чай с лимоном	200	100	200	100
мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		1006,9		1256,2
Итого за 5 дней		3039,48		3745,26
Итого средняя за день		607,896		749,052

Зав. производства:

С.С.С.С.



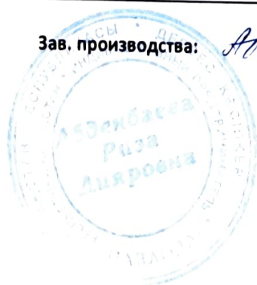


"Бекітемін"
 Бекітемін атындағы
 мектебінің басшысы
 Жусупова Л.Б.

Социальное меню 2 неделя

Наименование блюд	6-11лет		11-18лет	
	Выход	Ккал	Выход	Ккал
1 день				
Суп овощной с мясом говядины	200	58,2	250	72,75
Салат свекольный с сыром на р/м	60	227,9	100	379,83
Тефтели мясные с соусом	80/20	70,06	100/50	105,1
Каша гречневая	100	108,2	150	162,3
Компот из свежих яблок	200	62,7	200	62,7
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		636,06		929,78
2 день				
Суп рисовый с мясом говядины	200	115,5	250	144,38
Биточки мясные с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Каша пшеничная	100	87,4	150	131,1
Ватрушка с творогом	75	91,7	50	91,7
Чай с лимоном	200	32,8	200	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		750,9		905,48
3 день				
Суп рыбный из минтая	200	56,3	250	75,07
Салат витаминный на р/м	60	72,45	100	120,75
Котлета куриная с соусом	80/20	62,7	100/50	94,05
макаронны отварные	100	80,5	150	120,75
Кисель	200	76,4	200	76,4
Мед	10	32,8	10	32,8
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		457,35		634,12
4 день				
Суп вермешелевый с мясом говядины	200	53	250	66,25
Салат из моркови на р/м	60	72,45	100	120,75
Жаркое с мясом говядины	200	124,1	250	155,13
Чай школьный	200	55,1	200	55,1
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		838,2		1145,65
5 день				
Борщ с мясом курицы	200	94	250	117,5
Плов из мяса говядины	200	124,1	250	155,12
Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
Булочка домашняя	50	344	50	344
хлеб	20	76,2	30	114,3
Итого за день		739,5		832,12
Итого за 5 дней		1719,5		2157,67
Итого средняя за день		343,9		431,534

Зав. производства: *А.А.А.*





Бекітемін!
 Ө. Бекітқан атындағы
 лицей мектебінің басшысы
 Жусупова Л.Б.

Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	0,6	3	3	307,3
Яблоки	200	16,6	20,9	18,6	328,9
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		25	25,4	44,17	788,8
2 день					
плов из мяса говядины	200	2,3	3	12,7	62,4
Салат из моркови на р/м	60	2,65	2,7	34,75	172
Чай черный с сахаром	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		12,95	7,2	76,12	411,8
3 день					
Филе куриное с овощами	100	1,7	5,6	11,2	102,1
макароны	100	1,91	4,27	170,3	119,56
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	15,3	62,7
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		11,61	11,37	200,57	360,56
4 день					
Суп гороховый с мясом говядины	200	17,7	20,9	25	359,1
Булочка домашняя	50	2,4	3,4	10,2	80,5
Сок натуральный	200	1,4	0,2	26,4	100
хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		29,2		65,37	
5 день					
Шницель мясной с соусом	80/30	4,2	6,6	4,4	72,9
Каша гречневая	100	8,6	4,3	46,5	259,2
Чай с лимоном	200	0,3	0,1	24,9	101,2
хлеб	20	76,2	0	0,8	76,2
Итого за день		89,3	11	76,6	509,5
Итого за 5 дней		1679,66	54,97	462,83	2070,66
Итого средняя за день		335,932	10,994	92,566	414,132

Зав. производства:

Л.Б. Жусупова





Бекітемін
 Ө.Байсейіт атындағы
 лицей мектебінің басшысы
 Жусупова Л.Б.

Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	0,6	3	3	307,3
Яблоки	200	16,6	20,9	18,6	328,9
Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		25	25,4	44,17	788,8
2 день					
плов из мяса говядины	200	2,3	3	12,7	62,4
Салат из моркови на р/м	60	2,65	2,7	34,75	172
Чай черный с сахаром	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		12,95	7,2	76,12	411,8
3 день					
Филе куриное с овощами	100	1,7	5,6	11,2	102,1
макароны	100	1,91	4,27	170,3	119,56
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	15,3	62,7
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		11,61	11,37	200,57	360,56
4 день					
Суп гороховый с мясом говядины	200	17,7	20,9	25	359,1
Булочка домашняя	50	2,4	3,4	10,2	80,5
Сок натуральный	200	1,4	0,2	26,4	100
хлеб	20	7,7	1,4	3,77	76,2
Итого за день		29,2		65,37	
5 день					
Шницель мясной с соусом	80/30	4,2	6,6	4,4	72,9
Каша гречневая	100	8,6	4,3	46,5	259,2
Чай с лимоном	200	0,3	0,1	24,9	101,2
хлеб	20	76,2	0	0,8	76,2
Итого за день		89,3	11	76,6	509,5
Итого за 5 дней		1679,66	54,97	462,83	2070,66
Итого средняя за день		335,932	10,994	92,566	414,132

Зав. производства:

Л.Б. Жусупова

