


Келісілді/ Соголасовано
Жалға алушы ИП Макашева

А.Н.Макашева

Бекітемін/ Утверждаю
«М.Әлімбаев, ЖОББМ» басшысының м.а.

Бекмурзина К.А.

Әлеуметтік мәзір 1 апта/ Социальное меню 1 неделя

Тағамның атауы/ Наименование блюд	6-11 жас/ 6-11 лет		11-18 жас/ 11-18 лет	
	Шығым/ Выход	Ккал/ Ккал	Шығым/ Выход	Ккал/ Ккал
1 күн/ 1 день				
Тауық еті қосылған үй кеспе сорпасы/ Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	307,3	250	353,4
Сыыр етінен қуырдақ/ Жаркое с мясом говядины	200	259,2	250	336,96
Жеміс-жидек киселі/ Кисель плодово-ягодный	200	101,2	200	101,2
Жемістер/ Фрукты	200	104	200	104
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		823,1		985,06
2 күн/ 2 день				
Сыыр еті қосылған қышқылтым сорпасы/ Рассольник с мясом говядины	200	62,4	250	78
Сәбіз салаты/ Салат из моркови на р/м	60	2,65	100	34,75
Сыыр етінен палау/ Плов из мяса говядины	200	129	250	172
Бал/Мед	10	32,8	10	32,8
Қант қосылған қара шай/ Чай черный с сахаром	200	76,4	200	76,4
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
3 күн/ 3 день				
Сыыр еті қосылған шаруа сорпасы/ Суп крестьянский с говядиной	200	85,9	250	114,5
Көкөніс қосылған тауық еті/ Филе куриное с овощами	100	267,6	150	348
Макарон өнімдері/ Макароны	100	90,38	150	117,5
Кептірілген жемістерден жасалған компот/ Компот из сухофруктов	200	100	200	100
Бал/Мед	10	32,8	10	32,8
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		668,88		843,1
4 күн/ 4 день				
Сыыр еті қосылған бұршак сорпасы/ Суп гороховый с говядиной	200	53,6	250	53,6
Балық котлеті/ Котлета рыбная	80/30	62,7	100/50	62,7
Картоп езбесі/ Картофельное пюре	100	88,2	150	132,3
Табиғи шырын/ Сок натуральный	200	92	200	92
Үй тоқашы/ Булочка домашняя	50	91,7	50	91,7
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		464,4		546,6
5 күн/ 5 день				
Сыыр еті қосылған қырыққабат сорпасы/ Щи из свежей капусты с мясом говядины	200	72,9	250	97,2
Соусы бар ет шницелі/ Шницель мясной с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Қарақұмық боткасы/ Каша гречневая	100	286	150	429
Лимон қосылған шай/ Чай с лимоном	200	116	200	116
Бал/ Мед	10	32,8	10	32,8
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		1006,9		1256,2
5 күннің жалпы сомасы/ Итого за 5 дней		3039,48		3745,26
Тәулігіне орташа нәтиже/ Итого средняя за день		607,896		749,052

Өндіріс менеджері/ Зав. производства:

Әлеуметтік мәзір 2 апта/ Социальное меню 2 неделя

Тағамның атауы/ Наименование блюд	6-11 жас/ 6-11лет		11-18 жас/ 11-18лет	
	Шығым/ Выход	Ккал/ Ккал	Шығым/ Выход	Ккал/ Ккал
1 күн/ 1 день				
Сыр еті қосылған көкөніс сорпасы/ Суп овощной с мясом говядины	200	58,2	250	72,75
Күріш еті қосылған котлет/ Тефтели мясные с соусом	80/20	70,06	100/50	105,1
Қаракұмық жарнасы/ Каша гречневая	100	108,2	150	162,3
Алма компоты/ Компот из свежих яблок	200	62,7	200	62,7
Бал/Мед	10	32,8	10	32,8
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		408,16		549,95
2 күн/ 2 день				
Сыр еті қосылған күріш сорпасы/ Суп рисовый с мясом говядины	200	115,5	250	144,38
Ірімшік қосылған тоқаш/ Ватрушка с творогом	75	91,7	50	76,4
Соус қосылған котлет/ Биточки мясные с соусом	80/30	439	100/50	482,9
Бидай ботқасы/ Каша пшеничная	100	87,4	150	131,1
Лимон қосылған шай/ Чай с лимоном	200	32,8	200	32,8
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		457,35		634,12
3 күн/ 3 день				
Минтай балық сорпасы/ Суп рыбный из минтая	200	56,3	250	75,07
Витамин салаты/ Салат витаминный на р/м	60	72,45	100	120,75
Соус қосылған тауық етінен котлет/ Котлета куриная с соусом	80/20	62,7	100/50	94,05
Макарон өнімдері/ Макароны отварные	100	80,5	150	120,75
Жеміс-жидек киселі/ Кисель	200	76,4	200	76,4
Бал/Мед	10	32,8	10	32,8
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		750,9		905,48
4 күн/ 4 день				
Сыр еті қосылған вермишель сорпасы/ Суп вермишелевый с мясом говядины	200	53	250	66,25
Сәбіз салаты/ Салат из моркови на р/м	60	2,65	2,7	34,75
Сыр етінен қуырдақ/ Жаркое с мясом говядины	200	124,1	250	155,13
Мектеп шайы/ Чай школьный	200	55,1	200	55,1
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		380,85		511,53
5 күн/ 5 день				
Тауық еті қосылған борщ/ Борщ с мясом курицы	200	94	250	117,5
Сыр етінен палау/ Плов из мяса говядины	200	124,1	250	155,12
Қант қосылған кара шай/ Чай черный с сахаром	200	101,2	200	101,2
Үй тоқашы/ Булочка домашняя	50	344	50	344
Нан/ Хлеб	20	76,2	30	114,3
Күннің жалпы сомасы/ Итого за день		739,5		832,12
5 күннің жалпы сомасы/ Итого за 5 дней		2736,76		3433,2
Тәулігіне орташа нәтиже/ Итого средняя за день		547,352		686,64