

Бекітемін
 Мадайсары Батыр атындағы ЖОББМ
 Сыздықов А.Ж.



2024-2025 оқу жылына арналған 2 апталық әлеуметтік мәзір

Әлеуметтік мәзір 1

Тағамдар атауы	6(7)-10 жас		11-14жас		15-18 жас	
	шығу	Ккал			шығу	Ккал
1 күн						
Тауық етінен үй кеспесі	200	307,3	230	339	250	353,4
Сиыр етінен үй қуырдақтары	200	259,2	230	302	250	336,96
Қант қосылған қара шай	200	76,4	200	76,4	200	76,4
Жемістер	200	104	200	104	200	104
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		823,1		911,4		985,06
2 күн						
Рассольник сиыр етінен	200	62,4	230	70	250	78
қияр мен қырыққабат салаты	60	60,51	80	80,2	100	100,85
Сиыр етінен палау	200	129	230	165	250	172
Бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Жеміс-жидек киселы	200	101,2	200	101,2	200	101,2
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		462,11		539,2		599,15
3 күн						
Сиыр етінен сорпа	200	85,9	230	98	250	114,5
Көкөніс тауық етімен	100	267,6	120	302	150	348
Макароны	100	90,38	120	104	150	117,5
Лимон шайы	200	116	200	116	200	116
Бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		668,88		742,8		843,1
4 күн						
Бұршак сорпасы	200	53,6	230	52,3	250	53,6
Балық көтлеті	80/30	62,7	90/30	59	100/50	62,7
Кортоп езбесі	100	88,2	120	127	150	132,3
Табиғи шырын	200	92	200	92	200	92
Үй тоқаштары	50	91,7	50	91,7	50	91,7
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		464,4		689,97		546,6
5 күн						
Щи қырыққабат пен сиыр етінен	200	72,9	230	84,3	250	97,2
Шницель ет соуспен	80/30	439	90/30	451	100/50	482,9
Қарақұмық ботқасы	100	286	120	303	150	429
Кептірілген жемістерден компот	200	100	200	100	200	100
Бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		1006,9		1018,3		1256,2
5 күнге		3039,48		3901,67		3745,26
Орташа күніне		607,896		780,33		749,052

Зав. производства:



2024-2025 оқу жылына арналған 2 апталық әлеуметтік мәзір

2 апта Әлеуметтік меню

Тағамдар атауы	6(7)-10 жас		11-14жас		15-18 жас	
	шығу	Ккал	шығу	Ккал	шығу	Ккал
1 күн						
сиыр етінен сорпа	200	58,2	230	62,2	250	72,75
Тефтели еттен	80/20	70,06	90/20	98,3	100/50	105,1
Қарақұмық ботқасы	100	108,2	120	144,5	150	162,3
Алма шырыны	200	62,7	200	62,7	200	62,7
Бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		408,16		490,5		549,95
2 күн						
Балық пен минтай сорпасы	200	56,3	230	65,3	250	75,07
Дәрумен салаты	60	72,45	80	98,2	100	120,75
Тауық етінен котлет	80/20	62,7	90/20	85,2	100/50	94,05
макароны қайнатылған	100	80,5	120	95,3	150	120,75
Кисель	200	76,4	200	76,4	200	76,4
Бал	10	32,8	10	32,8	10	32,8
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		457,35		543,2		634,12
3 күн						
Сиыр етінен сиыр сорпасы	200	115,5	230	137,2	250	144,38
Биточки етпен	80/30	439	90/30	156,3	100/50	482,9
Арпа ботқасы	100	87,4	120	111,3	150	131,1
Сүзбе қосылған тоқаш	75	91,7	50	91,7	50	91,7
Лимонмен шай	200	32,8	200	32,8	200	32,8
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		750,9		919,3		905,48
4 күн						
Сиыр етінен вермешель сорпасы	200	53	230	61,2	250	66,25
Кесілген қияр	30	72,45	80	89,5	100	120,75
Сиыр етінен қуырдақтар	200	124,1	230	137,2	250	155,13
Мектеп шайы	200	55,1	200	55,1	200	55,1
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		380,85		433		511,53
5 күн						
Тауық етінен борщ	200	94	230	101,2	250	117,5
Сиыр етінен палау	200	124,1	230	140,3	250	155,12
Қант қосылған қара шай	200	101,2	200	101,2	200	101,2
Үй тоқаштары	50	344	50	344,9	50	344
Нан	20	76,2	30	90	30	114,3
Барлығы күніне		739,5		776,8		832,12
5 күнге		2736,76		3162,8		3433,2
Жалпы күндерге		547,2		625,36		688,64

Зав. производства: