

18 кыркүйөк 2023

I апта

дөрүмөңдү салат, сиыр етінен котлет, суға пісірілген қарақұмық, нан, қант қосылған сүтті шай, алма

қырыққабат	0,040	x	59	=	2,360	x	280	=	661
сәбіз	0,020	x	59	=	1,180	x	230	=	271
сұйық май	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649
қант	0,002	x	59	=	0,118	x	480	=	57
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
сиыр еті	0,090	x	59	=	5,310	x	2300	=	12213
нан	0,018	x	59	=	1,062	x	200	=	212
сүт	0,024	x	59	=	1,416	x	650	=	920
пияз	0,010	x	59	=	0,590	x	250	=	148
сары май	0,005	x	59	=	0,295	x	2300	=	679
сұйық май	0,006	x	59	=	0,354	x	1100	=	389
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
қарақұмық жармасы	0,060	x	59	=	3,540	x	580	=	2053
сары май	0,005	x	59	=	0,295	x	2300	=	679
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
нан	0,040	x	59	=	2,360	x	200	=	472
шай	0,002	x	59	=	0,118	x	4800	=	566
қант	0,020	x	59	=	1,180	x	480	=	566
сүт	0,100	x	59	=	5,900	x	650	=	3835
алма	0,150	x	59	=	8,850	x	580	=	5133
									29516

Аспаз:



19 кыркүйөк 2023

қырыққабат пен сәбізден салат, томат соусында бұқтырылған тауық еті, макарон өнімі, сүтпен какао

Морковь	0,025	x	59	=	1,475	x	230	=	339
Капуста	0,025	x	59	=	1,475	x	280	=	413
Сахар	0,003	x	59	=	0,177	x	480	=	85
Масло раст	0,005	x	59	=	0,295	x	1100	=	325
Соль йодир.	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
Куры	0,100	x	59	=	5,900	x	1900	=	11210
Морковь	0,020	x	59	=	1,180	x	230	=	271
Лук	0,025	x	59	=	1,475	x	250	=	369
Масло раст	0,015	x	59	=	0,885	x	1100	=	974
Масло слив	0,009	x	59	=	0,531	x	2300	=	1221
Томат	0,005	x	59	=	0,295	x	1200	=	354
Соль йодир.	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
спагетти	0,045	x	59	=	2,655	x	360	=	956
Соль йодир.	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
Какао	0,0070	x	59	=	0,413	x	1000	=	413
Сахар	0,008	x	59	=	0,472	x	480	=	227
Молоко	0,100	x	59	=	5,900	x	650	=	3835
Молоко	0,050	x	59	=	2,950	x	2800	=	8260
сузбеше	0,020	x	59	=	1,180	x	200	=	236
Хлеб									29499

Аспаз:



20 кыркүйөк 2023

қырыққабаттан жасалынған салат, сиыр етімен палау, нан, кисель, алма

қырыққабат	0,065	x	59	=	3,835	x	280	=	1074
қырыққабат	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649
сұйық май	0,002	x	59	=	0,118	x	480	=	57
қант	0,001	x	59	=	0,059	x	80	=	5
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	230	=	339
сәбіз	0,025	x	59	=	1,475	x	2300	=	13570
сиыр еті	0,100	x	59	=	5,900	x	550	=	1947
күріш	0,060	x	59	=	3,540	x	80	=	5
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	80	=	5
тұз	0,018	x	59	=	1,062	x	1100	=	1168
сұйық май	0,018	x	59	=	1,062	x	250	=	516
пияз	0,0350	x	59	=	2,065	x	230	=	475
сәбіз	0,035	x	59	=	2,065	x	1200	=	835
томат	0,012	x	59	=	0,696	x	200	=	531
нан	0,045	x	59	=	2,655	x	200	=	531
кисель	0,024	x	59	=	1,416	x	650	=	920
қант	0,010	x	59	=	0,590	x	480	=	283
сыр	0,010	x	59	=	0,590	x	3400	=	2006
алма	0,150	x	59	=	8,850	x	580	=	5133
									29513

Аспаз:



21 қыркүйек 2023

Көкөністермен балық (минтай), езілген картоп, кептірілген жемістерден жасалынған компот, нан

Минтай	0,160	x	59	=	9,440	x	1800	=	16992	0,160	x	1800	=	288
сәбәз	0,060	x	59	=	3,540	x	230	=	814	0,060	x	230	=	138
пияз	0,030	x	59	=	1,770	x	250	=	443	0,030	x	250	=	75
томат	0,003	x	59	=	0,177	x	1200	=	212	0,003	x	1200	=	36
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4	0,001	x	70	=	0,07
сұйық май	0,015	x	59	=	0,885	x	1100	=	974	0,015	x	1100	=	16,5
картоп	0,180	x	59	=	10,620	x	250	=	2655	0,180	x	250	=	45
сары май	0,010	x	59	=	0,590	x	2300	=	1357	0,010	x	2300	=	23
сүт	0,075	x	59	=	4,425	x	650	=	2876	0,075	x	650	=	49
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4	0,001	x	70	=	0
кептірілген жемістер	0,020	x	59	=	1,180	x	800	=	944	0,020	x	800	=	16
қант	0,020	x	59	=	1,180	x	480	=	566	0,020	x	480	=	10
қызылша	0,035	x	59	=	2,065	x	260	=	537	0,035	x	260	=	9
сұйық май	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649	0,010	x	1100	=	11
тұз	0,002	x	59	=	0,118	x	70	=	8	0,002	x	70	=	0
нан	0,040	x	59	=	2,360	x	200	=	472	0,040	x	200	=	8
									29508					500

Аспаз:



22 қыркүйек 2023

Рассольник, алма, шырын, нан

картоп	0,080	x	59	=	4,720	x	250	=	1180	0,080	x	250	=	20
тұздалған қияр	0,025	x	59	=	1,475	x	650	=	959	0,025	x	650	=	16
пияз	0,030	x	59	=	1,770	x	250	=	443	0,030	x	250	=	7
сәбіз	0,028	x	59	=	1,652	x	230	=	380	0,028	x	230	=	6
сары май	0,010	x	59	=	0,587	x	2300	=	1349	0,010	x	2300	=	23
тауық еті	0,080	x	59	=	4,720	x	1900	=	8968	0,080	x	1900	=	152
тұз	0,002	x	59	=	0,118	x	70	=	8	0,002	x	70	=	0
арпа	0,020	x	59	=	1,180	x	220	=	260	0,020	x	220	=	4
сұйық май	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649	0,010	x	1100	=	11
алма	0,185	x	59	=	10,915	x	580	=	6331	0,185	x	580	=	107
шырын	0,200	x	59	=	11,800	x	550	=	6490	0,200	x	550	=	110
сыр	0,010	x	59	=	0,590	x	3400	=	2006	0,010	x	3400	=	34
нан	0,040	x	59	=	2,360	x	200	=	472	0,040	x	200	=	8
									29494					500

Аспаз:



25 кыркүйөк 2023

II апта
 сиыр етінен жасалынган биточки, көкөнiстерден жасалынган салат, суға піскен күріш, алма
 қант қосылған сүтті шай, нан

сиыр еті	0,100	x 59 = 5,900	x 2300 = 13570	0,100	x 2300 = 230
нан	0,018	x 59 = 1,062	x 200 = 212	0,018	x 200 = 4
сүт	0,035	x 59 = 2,065	x 650 = 1342	0,035	x 650 = 23
сұйық май	0,007	x 59 = 0,413	x 1100 = 454	0,007	x 1100 = 8
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 80 = 5	0,001	x 80 = 0
қызылша	0,040	x 59 = 2,360	x 260 = 614	0,040	x 260 = 10
сәбіз	0,025	x 59 = 1,475	x 230 = 339	0,025	x 230 = 6
қырыққабат	0,045	x 59 = 2,655	x 280 = 743	0,045	x 280 = 13
сұйық май	0,010	x 59 = 0,590	x 1100 = 649	0,010	x 1100 = 11
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 80 = 5	0,001	x 80 = 0
күріш	0,060	x 59 = 3,540	x 550 = 1947	0,060	x 550 = 33
сары май	0,007	x 59 = 0,413	x 2300 = 950	0,007	x 2300 = 16
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 80 = 5	0,001	x 80 = 0
алма	0,150	x 59 = 8,850	x 580 = 5133	0,150	x 580 = 87
сүт	0,050	x 59 = 2,950	x 650 = 1918	0,050	x 650 = 33
қант	0,020	x 59 = 1,180	x 480 = 566	0,020	x 480 = 10
шай	0,002	x 59 = 0,118	x 4800 = 566	0,002	x 4800 = 10
нан	0,040	x 59 = 2,360	x 200 = 472	0,040	x 200 = 8
			29491		

Аспаз:

Бекітемін
 Ынтымак ЖББМ директоры
 А.А.Тезекбаева

26 кыркүйөк 2023

қырыққабат пен сәбізден жаалынган дәруменді салат, картоп қосылған тауық етінен қуырдақ
 кептірілген жемістерден жасалынган компот, нан, сүзбеше

қырыққабат	0,025	x 59 = 1,475	x 280 = 413	0,025	x 280 = 7
сәбіз	0,025	x 59 = 1,475	x 230 = 339	0,025	x 230 = 6
қант	0,002	x 59 = 0,118	x 480 = 57	0,002	x 480 = 1
сұйық май	0,010	x 59 = 0,590	x 1100 = 649	0,010	x 1100 = 11
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 70 = 4	0,001	x 70 = 0
тауық еті	0,090	x 59 = 5,310	x 1900 = 10089	0,090	x 1900 = 171
картоп	0,120	x 59 = 7,080	x 250 = 1770	0,120	x 250 = 30
сәбіз	0,030	x 59 = 1,770	x 230 = 407	0,030	x 230 = 7
пияз	0,030	x 59 = 1,770	x 250 = 443	0,030	x 250 = 8
томат	0,004	x 59 = 0,236	x 1200 = 283	0,004	x 1200 = 5
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 70 = 4	0,001	x 70 = 0
сұйық май	0,015	x 59 = 0,885	x 1100 = 974	0,015	x 1100 = 17
сыр	0,010	x 59 = 0,590	x 3400 = 2006	0,010	x 3400 = 34
сүзбеше	0,060	x 59 = 3,540	x 2800 = 9912	0,060	x 2800 = 168
нан	0,040	x 59 = 2,360	x 200 = 472	0,040	x 200 = 8
кептірілген жемістер	0,030	x 59 = 1,770	x 800 = 1416	0,030	x 800 = 24
қант	0,010	x 59 = 0,590	x 400 = 236	0,010	x 400 = 4
			29473		

Аспаз:

Бекітемін
 Ынтымак ЖББМ директоры
 А.А.Тезекбаева

27 кыркүйөк 2023

Борщ, повидломен ватрушка, нан, кисель

қызылша	0,060	x 59 = 3,540	x 260 = 920	0,060	x 260 = 16
сәбіз	0,020	x 59 = 1,180	x 230 = 271	0,020	x 230 = 5
пияз	0,020	x 59 = 1,180	x 250 = 295	0,020	x 250 = 5
сары май	0,006	x 59 = 0,354	x 2300 = 814	0,006	x 2300 = 14
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 70 = 4	0,001	x 70 = 0
томат	0,008	x 59 = 0,472	x 1200 = 566	0,008	x 1200 = 10
картоп	0,096	x 59 = 5,664	x 250 = 1416	0,096	x 250 = 24
тауық еті	0,100	x 59 = 5,900	x 1900 = 11210	0,100	x 1900 = 190
қырыққабат	0,080	x 59 = 4,720	x 280 = 1322	0,080	x 280 = 22
қант	0,003	x 59 = 0,177	x 480 = 85	0,003	x 480 = 1
ұн	0,055	x 59 = 3,245	x 250 = 811	0,055	x 250 = 14
ашытқы	0,002	x 59 = 0,118	x 2500 = 295	0,002	x 2500 = 5
сүт	0,050	x 59 = 2,950	x 650 = 1918	0,050	x 650 = 33
қант	0,005	x 59 = 0,295	x 480 = 142	0,005	x 480 = 2
сары май	0,002	x 59 = 0,118	x 2300 = 271	0,002	x 2300 = 5
сұйық май	0,003	x 59 = 0,177	x 1100 = 195	0,003	x 1100 = 3
тұз	0,001	x 59 = 0,059	x 70 = 4	0,001	x 70 = 0
повидло	0,065	x 59 = 3,835	x 880 = 3375	0,065	x 880 = 57
қант	0,005	x 59 = 0,276	x 480 = 132	0,005	x 480 = 2
жұмыртқа	1,000	x 59 = 59,000	x 60 = 3540	1,000	x 60 = 60
кисель	0,030	x 59 = 1,770	x 650 = 1151	0,030	x 650 = 20
қант	0,010	x 59 = 0,590	x 480 = 283	0,010	x 480 = 5
нан	0,040	x 59 = 2,360	x 200 = 472	0,040	x 200 = 8
			29493		

Аспаз:

500

28 қыркүйек 2023

сәбізден жасалынған салат, балық котлеті, суға піскен қарақұмық, кептірілген жемістерден жасалынған компот, нан

сәбіз	0,035	x	59	=	2,065	x	230	=	475
қант	0,010	x	59	=	0,590	x	480	=	283
сұйық май	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
көксерке балығы еті	0,140	x	59	=	8,260	x	1800	=	14868
нан	0,020	x	59	=	1,180	x	200	=	236
сүт	0,050	x	59	=	2,950	x	650	=	1918
сұйық май	0,013	x	59	=	0,767	x	1100	=	844
сары май	0,004	x	59	=	0,236	x	2300	=	543
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
қарақұмық	0,060	x	59	=	3,540	x	580	=	2053
сары май	0,020	x	59	=	1,180	x	2300	=	2714
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
кептірілген жемістер	0,040	x	59	=	2,360	x	800	=	1888
сыр	0,010	x	59	=	0,590	x	3400	=	2006
қант	0,020	x	59	=	1,180	x	480	=	566
нан	0,040	x	59	=	2,360	x	200	=	472

Аспаз:

29527



29 қыркүйек 2023

қызылша мен қырыққабаттан жасалынған дәруменді салаты, сиыр етінен палау нан, шырын, алма

қырыққабат	0,040	x	59	=	2,360	x	280	=	661
қызылша	0,040	x	59	=	2,360	x	260	=	614
сұйық май	0,010	x	59	=	0,590	x	1100	=	649
қант	0,020	x	59	=	1,180	x	480	=	566
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
сәбіз	0,020	x	59	=	1,180	x	230	=	271
сиыр еті	0,072	x	59	=	4,248	x	2300	=	9770
күріш	0,080	x	59	=	4,720	x	550	=	2596
тұз	0,001	x	59	=	0,059	x	70	=	4
сұйық май	0,018	x	59	=	1,062	x	1100	=	1168
пияз	0,035	x	59	=	2,065	x	250	=	516
сәбіз	0,035	x	59	=	2,065	x	230	=	475
томат	0,012	x	59	=	0,685	x	1200	=	822
нан	0,040	x	59	=	2,360	x	200	=	472
алма	0,130	x	59	=	7,670	x	580	=	4449
шырын	0,200	x	59	=	11,800	x	550	=	6490

Аспаз:

29528

