

2024 жылына арналған "Жалпыға міндетті білім беру" қорының бюджет қаражаты есебінен жалпы білім беретін мектептердегі 5-11 сынып оқушыларының (әлеуметтік жағынан осал топтар) тамақтануын ұйымдастыруға арналған перспективалы бір реттік (ұсынылатын)

тағам мәзірі

1 апта

1 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Котлет	100	Сыыр еті	90
		Нан	18
		Сүт	24
		Пияз	10
		Сұйық май	6
		Сары май	5
		Тұз	1
Қарақұмық	150	Қарақұмық	60
		Сары май	5
		Тұз	1
Салат (дәруменді)	100	Қырыққабат	40
		Сәбіз	20
		Сұйық май	10
		Қант	1
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40
Шәй (сүт, қант)	200	Шәй (сүт, қант)	122
Алма	150	Алма	150

1 апта

2 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Томат соусында бұқтырылған тауық еті	100	Тауық еті	100
		Пияз	25
		Сәбіз	20
		Сұйық май	15
		Сары май	9
		Тұз	1
		Томат	5
Макарон	150	Макарон	45
		Тұз	1
Салат (сәбіз)	100	Қырыққабат	25
		Сәбіз	25
		Сұйық май	5
		Қант	3
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40

1 апта  
3 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Сиыр етінен палау	250	Сиыр еті	100
		Күріш	60
		Пияз	35
		Сұйық май	18
		Тұз	1
		Томат	12
		Сәбіз	35
Салат (қырыққабат)	100	Қырыққабат	65
		Сәбіз	25
		Сұйық май	10
		Қант	2
		Тұз	1
Нан	40	Нан	40
Кисель	200	Кисель	24
Алма	150	Алма	150

1 апта  
4 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Көкөніс қосылған балық	100	Минтай	160
		Сәбіз	60
		Пияз	30
		Томат	3
		Тұз	1
		Сұйық май	15
Картоп езбесі	200	Картоп	180
		Сары май	10
		Сүт	75
		Тұз	1
Салат (қызылша)	100	Қызылша	35
		Сұйық май	10
		Тұз	2
Нан	40	Нан	40
Компот (кептірілген жеміс)	200	Кептірілген жеміс	20
		Қант	20

1 апта  
5 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Қышқылтым көже	250	Картоп	80
		Арпа жармасы	20
		Пияз	30
		Сәбіз	28
		Тұздалған қияр	25
		Сары май	10
		Тауық еті	80
		Тұз	2
		Сұйық май	10
Алма	150	Алма	185
Шырын	200	Шырын	200
Сыр	10	Сыр	10
Нан	40	Нан	40

2 апта  
1 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Тефтели	100	Сиыр еті	100
		Нан	18
		Сүт	35
		Сұйық май	7
		Тұз	1
Көкөніс салаты	100	Қызылша	40
		Сәбіз	25
		Қырыққабат	45
		Сұйық май	10
		Тұз	1
Күріш	150	Күріш	60
		Сұйық май	7
		Тұз	1
Алма	150	Алма	150
Шай (сүт, қант)	200	Шәй (қант, сүт)	72
Нан	40	Нан	40

2 апта

2 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Жаркое	250	Тауық еті	90
		Картоп	120
		Сәбіз	30
		Пияз	30
		Томат	4
		Тұз	1
		Сұйық май	15
Салат (дәруменді)	100	Қырыққабат	25
		Сәбіз	25
		Қант	2
		Сұйық май	10
		тұз	1
Нан	40	Нан	40
Компот	200	Келтірілген жеміс	30
		Қант	10
Сүзбеше	200	Сүзбеше	60
Сыр	10	Сыр	10

2 апта

3 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Борщ	250	Қызылша	60
		Сәбіз	20
		Пияз	20
		Сұйық май	6
		Тұз	1
		Томат	8
		Картоп	96
		Тауық еті	100
		Қырыққабат	80
		Қанат	3
Ватрушка	200	Ұн	55
		Ашытқы	2
		Сүт	50
		Қант	10
		Сары май	2
		Сұйық май	3
		Тұз	1
		Повидло	65
Жұмыртқа	1		
Кисель	200	Қант	10
		Кисель	30
Нан	40	Нан	40



2 апта

4 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Балық котлеті	100	Алабұға	140
		Нан	20
		Сүт	50
		Сұйық май	13
		Сары май	4
		Тұз	1
Салат (сәбіз)	100	Сәбіз	50
		Қант	2
		Сұйық май	10
		Тұз	1
Қарақұмық	150	Қарақұмық	60
		Сары май	20
		Тұз	1
Компот	200	Кептірілген жеміс	40
		Қант	20
Нан	40	Нан	40
Сыр	10	Сыр	10

2 апта

5 күн

Тағам атауы	ЖМББҚ	Құрамы	Брутто, г
Сиыр етінен палау	250	Сиыр еті	72
		Күріш	80
		Пияз	35
		Сұйық май	18
		Тұз	1
		Сәбіз	35
		Томат	12
Салат (дәруменді)	100	Қырыққабат	40
		Қызыдша	40
		Сұйық май	10
		Қант	20
		Тұз	1
		Сәбіз	20
Шырын	200	Шырын	200
Алма	130	Алма	130
Нан	40	Нан	40