

КЕЛІСІЛДІ

"Ақмола облысы білім басқармасының

Зеренді аудандық бойынша Байтерек ауылының "ММІ басшысының м.а.

"16"



Төрт апталық ас мәзірі (жаз-күз)

І апта

Тағамның атауы, ингредиенттері



БЕКІТЕМІН

"Ақмола облысы білім басқармасының

Зеренді аудандық бойынша Байтерек ауылының

Жаңа орта білім беретін мектебі"

Б.Р. Джунусов

2021 жыл

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	Тағамның шығымы, грамм				Соммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		
дүйсенбі	Борш (қызылша, ақ қауданды қырыққабат, қызанақ пастасы, сәбіз, ақжелкен, пияз, йодталған тұз, өсімдік майы, кант, сорпа, сиыр еті)	80	90	100		616 тг
	Пісірілген тауық еті (тауық еті, пияз)	100	130	150		
	Гарнир: арпа жармасы	20	35	40		
	Қара бидай наны	200	200	200		
	Сүт	100	100	100		
	Сүзбеше	10	10	10		
	Ара бағы	200/25	230/25	250/25	269	
	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200	230	269		
	Күріш пен тартылған ет салынған бұрыш (тәтті бұрыш, сиыр еті (көтлетке арналған ет), күріш жармасы, пияз, өсімдік майы, кептірілген нан, қызанақ тұздығы, сорпа, құнарландырылған бидай ұны, сәбіз, пияз, қызанақ пастасы, кант)	20	35	40		
	Қара бидай наны	60	80	100		
сейсенбі	Балғын қиярдан салат (балғын қияр, өсімдік майы)	200	200	200		616 тг
	Итмұрын жемісінен кисель (кептірілген итмұрын жемісі, кант, картоп крахмалы, лимон қышқылы, су)	200	200	200		
	Алма	200/25	230/25	250/25		
	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	80	90	100		
	Бұқтырылған ет (сиыр еті, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, бидай ұны)	100	130	150		
	Гарнир (бұқтырылған қырыққабат)	20	35	40		
	Қара бидай наны	100	100	100		
	Сүзбеше	100	100	100		
	Айран	200/25	230/25	250/25		
	Ұй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	80	90	100		
бейсенбі	Балық котлеті (көксерке балығы, бидай наны, сүт немесе су, кептірілген нан, өсімдік майы)	75/26	100/30	120/30		616 тг
	Гарнир: сүт қатылған көкөніс (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервіленген, ақ қауданды қырыққабат, сүт қатылған көкөніс)					
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Балғын жемістен компот (алма, кант, су)	200	200	200		
	Балғын қырыққабаттан ши (ақ қауданды қырыққабат, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған бидай ұны, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Палау (сиыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	150/50	180/50	200/50		
	Даруменді салат (балғын алма, картоп, сәбіз, пияз, консервіленген көк бұршақ, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	60	80	100		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Ара бағы	10	10	10		
	Сүт	200	200	200		
жұма	Балғын қырыққабаттан ши (ақ қауданды қырыққабат, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған бидай ұны, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		616 тг
	Палау (сиыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	150/50	180/50	200/50		
	Даруменді салат (балғын алма, картоп, сәбіз, пияз, консервіленген көк бұршақ, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	60	80	100		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Ара бағы	10	10	10		
	Сүт	200	200	200		

КЕЛІСІЛДІ

"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бейтерек ауылының
орта білім беретін мектебі" ММ басшысының м.а.

"06" 09 2021 жыл



БЕКІТЕМІН

"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бейтерек ауылының
орта білім беретін мектебі"

Б.Р.Джунусов

"06" 09 2021 жыл



Төрт апталық ас мәзірі (жаз-күз)
II апта

Тағамның атауы, ингредиенттері

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығымы, грамм			сони
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Үй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	61
	Рагу (сиыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, құнарландырылған бидай ұны)	140/60	140/60	140/60	
	Гарнир (арпа жармасы)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Сүт	200	200	200	
сейсенбі	Көкөніс көжесі (ақ қауданды қырыққабат, картоп, сәбіз, пияз, көк бұршақ консервіленген, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	61
	Голубцы етпен және күрішпен(аққауданды қырыққабат, сиыр еті, күріш жармасы, пияз, өсімдік майы, тұздық)	200	200	200	
	Сәбіз мен алмадан салат (балғын сәбіз мен алма, қант, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Кептірілген жемістен компот (өрік, мейіз)	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
сәрсенбі	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	61
	Ет тефтелиі (котлетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, құнарландырылған бидай ұны, сары май)	80	90	100	
	Гарнир: батырып піскен қарақұмық	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
	Айран	200	200	200	
бейсенбі	Харчо көжесі (күріш жармасы, пияз, сары май, ақжелкен, қызанақ пастасы)	200/25	230/25	250/25	61
	Бөктірілген көксерке балығы (көксерке балығының кесек еті, пияз, ақжелкен, ақ қатық негізі, сорпа, сары май, құнарландырылған бидай ұны, пияз)	75/50	75/50	75/50	
	Гарнир (картоп езбесі)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	С дәруменді кисель (концентраттан кисель, қант, лимон қышқылы, су, С дәруменді ұнтағы)	200	200	200	
	Алмұрт	200	200	200	
жұма	Бұршақ көжесі (картоп, үрме бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25	61
	Пісірілген тауық еті (тауық еті, пияз)	80	90	100	
	Гарнир: пісірілген макарон	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сүзбеше	100	100	100	
Көп дәруменді шырын	200	200	200		

КЕЛІСІЛДІ

"Ақмола облысы Білім-басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бәйтерек мектебінің
"Жаңа орта білім беретін мектебі"
М.А. Басшысының м.а.



БЕКІТЕМІН
"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бәйтерек ауылдығын
"Жаңа орта білім беретін мектебі"
Б.Р. Джунусов
2021 жыл



Төрт апталық ас мәзірі (жаз-күз)

IV апта

Тағамның атауы, ингредиенттері

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	Тағамның шығымы, грамм				Сомма
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		
дүйсенбі	Көкөніс көжесі (ақ қауданды қырыққабат, картоп, сәбіз, пияз, көк бұршақ консервіленген, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		616
	Ет биточкілері (коллетке арналған ет, бидай наны, сүт, кептірілген нан, өсімдік майы, сары май)	75/5	85/5	95/5		
	Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Ара бағы	10	10	10		
	Сүт	200	200	200		
	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
сейсенбі	Бұқтырылған ет (сиыр еті, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, бидай ұны)	80	90	100		61
	Гарнир (бұқтырылған қырыққабат)	100	130	150		
	Ақ қауданды қырыққабат салаты (ақ қауданды қырыққабат, сәбіз, кант, өсімдік майы)	60	80	100		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Бағын жемістен компот (алма мен алмұрт, кант, су)	200	200	200		
	Банан	200	200	200		
	Борш (қызылша, ақ қауданды қырыққабат, қызанақ пастасы, сәбіз, ақжелкен, пияз, йодталған тұз, өсімдік майы, кант, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
сәрсенбі	Гүляш (сиыр еті, өсімдік майы, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған бидай ұны)	60	80	100		6
	Гарнир (арпа жармасы)	100	130	150		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Сүзбеше	100	100	100		
	Айран	200	200	200		
	Үй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Бұқтырылған көксерке балығы (көксерке балығы, сорпа, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы, кант, йодталған тұз)	75/50	75/50	75/50		
бейсенбі	Гарнир: сүт қатылған көкөніс (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервіленген, ақ қауданды қырыққабат, сүт қатығы, сүт, сары май, құнарландырылған бидай ұны, сорпа, кант)	75/26	100/30	120/30		75/50
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Шабдалы шырыны	200	200	200		
	Алма	200	200	200		
	Жарма салынған көже	200/50	230/25	250/25		
	Палау (сиыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	150/50	150/50	150/50		
	Балғын қызанақтан салат	60	80	100		
жұма	Қара бидай наны	20	35	40		40
	Сүзбеше (творог)	100	100	100		
	Сүт	200	200	200		



СОГЛАСОВАНО
 и.о. руководителя КГУ "Областное управление по Зерцлинскому району" (подпись)
 Акмолинская область, Зерцлинский район
 " 27 " 2019 года

Перспективное меню (лето-осень)

1 неделя

Наименование блюд, ингредиентов

день	Наименование блюд, ингредиентов	выход блюд, грамм					сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	сумма		
понедельник	Борщ (свекла, капуста белокочанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, мясо)	200/25	230/25	250/25			616 гр
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100			
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40			
	Молоко	200	200	200			
вторник	Мед пшеничный	10	10	10			616 гр
	Суп гороховый (картофель, горох, лук репчатый, морковь, петрушка, масло растительное, соль йодированная)	200/25	230/25	250/25			
	Перец фаршированный с фаршем и рисом (перец, говядина, котлета, мясо, крупа рисовая, лук репчатый, масло)	200	230	269			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40			
	Салат из свежих огурцов (огурцы, масло растительное)	60	80	100			
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200			
	Яблоко	200	200	200			
	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25			
	Мясо тушенное (говядина) (говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100			
	Гарнир (тушеная капуста)	100	130	150			
среда	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40			616 гр
	Субсиде (творог)	100	100	100			
	Кефир	200	200	200			
	Суп. лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, мясо)	200/25	230/25	250/25			
	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (помидоры свежие, лук зеленый, перец сладкий, масло растительное)	60	80	100			
	Котлеты рыбные (сулук, хлеб пшеничный, вода, сухари, масло растительное)	80	90	100			
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокочанная)	75/26	100/30	120/30			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40			
	Компот из свежих плодов (яблоки, сахар, вода)	200	200	200			
	Банан	200	200	200			
пятница	Ши из свежей капусты (капуста белокочанная, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная)	200/25	230/25	250/25			616 гр
	Плов с мясом говядины (мясо говядины, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста)	150/50	180/50	200/50			
	Салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40			
	Мед пшеничный	10	10	10			
Молоко	Молоко	200	200	200			



УТВЕРЖДАЮ
 директор КГУ "Областное управление по Зерцлинскому району" (подпись)
 с. Байтерек-де Зерцлинскому району управления образования
 Акмолинская область
 " 27 " 2019 года

СОГЛАСОВАНО
и.о. руководителя Управления образования
по Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области
Нурова З.И.
" 06 " 09 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ
директор КГУ "Общеобразовательная школа
с. Байтерек по Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области"
Джунусов Б.Р.
" 06 " 09 2021 г.



Перспективное меню (лето-осень)

II неделя

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, бульон,	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Рагу из говядины (мясо говядины, масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная,	140/60	140/60	140/60	
	Гарнир (крупа перловая)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Творог (сузбеше)	100	100	100	
	Молоко	200	200	200	
вторник	Суп из овощей (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный,	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Салат из моркови с яблоками (морковь и яблоки свежие, сахар, масло растительное)	60	80	100	
	Голубцы с мясом и рисом (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый	200	200	200	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Компот из сухофруктов (сухофрукты: курага, изюм)	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
среда	Суп вермишелевый (вермишель, морковь, лу репчатый, масло растительное, томатная паста, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Тефтели мясные (говядина (котлетное мясо), хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, мука	80	90	100	
	Гарнир (гречневая крупа, рассыпчатая)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка, томатная паста, соль йодированная, бульон,	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Судак припущенный (филе судака, лук репчатый, петрушка, соус белый основной, бульон, масло сливочное, мука	75/50	75/50	75/50	
	Гарнир (пюре картофельное)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Кисель с витамином С	200	200	200	
	Груша	200	200	200	
пятница	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	200/50	230/25	250/25	616 тг
	Зразы рубленые (котлетное, говяжье мясо, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца,	80	90	100	
	Гарнир: рис припущенный (рис, масло сливочное бульон)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	

СОГЛАСОВАНО
и.о. руководителя Г.У. «Общеобразовательная школа с. Байтерек №9 Зеренлинского района управления образования Акмолинской области»
№ дозв. 1111
" 26 " 09 2014 года



Перспективное меню (лето-осень)
III неделя



УТВЕРЖДАЮ
директор Г.У. "Общеобразовательная школа с. Байтерек №9 Зеренлинскому району управления образования Акмолинской области"
Джунусов Б.Р.
" 26 " 09 2014 год

день	Наименование блюда, ингредиентов	выход блюда, грамм				сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
понедельник	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка)	200/25	230/25	250/25		
	Котлеты мясные (мясо котлетное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло сливочное, масло растительное)	75/5	85/5	95/5		
	Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	616 гр	
	Сузбеше (творог)	100	100	100		
	Мед пчелиный	10	10	10		
	Молоко	200	200	200		
	Борщ (капуста белокачанная, свекла, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, масло)	200/25	230/25	250/25		
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100		
	Гарнир (крупа перловая)	100	130	150		
вторник	Салат из сладкого перца с зеленью (перец сладкий, лук зеленый, масло растительное)	60	80	100	616 гр	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
	Компот из свежих плодов (груша, сахар)	200	200	200		
	Банан	200	200	200		
	Рассолыник (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25		
	Мясо тушенное (мясо говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100		
	Гарнир: капуста тушеная (капуста белокачанная, масло растительное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука)	100	130	150		
	Салат из свежих помидоров (помидоры свежие, лук зеленый, масло растительное)	60	80	100		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
	Сузбеше (творог)	100	100	100		
среда	Сузбеше (творог)	200	200	200		
	Кефир	200/25	230/25	250/25		
	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон говяжий)	80	90	100		
	Тфтели из судака (судак, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная обогашенная, масло)	75/26	100/30	120/30	616 гр	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, хлеб ржано-пшеничный)	20	35	40		
	Хлеб ржано-пшеничный	200	200	200		
	Сок мультивитаминный	200	200	200		
	Яблоко	200/25	230/25	250/25		
	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200	230	269		
	Перец фаршированный с мясом и рисом (перец сладкий, говяжье котлетное мясо, крупа рисовая, лук репчатый, салат витаминный из свежих овощей (помидоры, огурцы, яблоки, морковь, лимон для сока, сахар, масло)	60	80	100	616 гр	
пятница	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40		
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200		
	Груша	200	200	200		

СОГЛАСОВАНО
и.о. руководителя ГУ "Область образования"
по Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области
Нурова Д.А.
" 19 " 09 2024 г.



Перспективное меню (лето-осень)

IV неделя



УТВЕРЖДАЮ
директор КГУ "Общеобразовательная школа
с. Байтерек Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области"
Джунусов Б.Р.
" 19 " 09 2024 г.

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп их овощей (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный,	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Биточки мясные (мясо котлетное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, масло сливочное)	75/5	85/5	95/5	
	Гарнир (рис припущенный)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Творог (сузбеше)	100	100	100	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
вторник	Суп с вермишелью (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Азу (мясо говяжье, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная, огурцы соленые, картофель,	200	230	250	
	Салат из капусты белокачанной (капуста белокачанная, морковь, сахар, масо растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Компот из свежих плодов (яблоко, груша, сахар)	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
среда	Борщ (свекла, капуста белокачанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, масло	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Гуляш (говядина, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, обогашенная)	60	80	100	
	Гарнир: крупа перловая	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп с бобовыми (фасоль, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Судак тушеный (судак, вода или бульон, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, масло растительное,	75/50	75/50	75/50	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная,	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок персиковый	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
пятница	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	200/50	230/25	250/25	616 тг
	Плов (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная пааста)	150/50	180/50	200/50	
	Салат с огурцами и зеленью (листья салата, огурцы свежие, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Молоко	200	200	200	



КЕЛІСІЛДІ
"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Байтерек ауылының
"ББ" ЖАДЫМ-ОРТА БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕБІ" ММ басшысының м.д.

Төрт апталық ас мәзірі (кыз-көктем)
I апта



БЕКІТЕМІН
"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Байтерек ауылының
"Жадым-орта білім беретін мектебі"
Б.Р.Джунусов
"06" / 09 / 2021 жыл

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	Тағамның шығымы, грамм				Соммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		
дүйсенбі	Үй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Ет тефтелегі (көтлетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, құнарландырылған бидай ұны, сары май)	80	90	100		
	Гарнир: батырлы піскен қарақұмық	100	130	150		
	Кара бидай наны	20	35	40	616 тг	
	Сүзбеше	100	100	100		
	Сүт	200	200	200		
	Ара балы	10	10	10		
сейсенбі	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Үй құырдағы (сиыр еті, картоп, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы)	200	200	200		
	Балғын көкөніс салаты (ақ қауынды қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы)	60	80	100		
	Кара бидай наны	20	35	40	616 тг	
	Итмұрын жемісінен кисель (кентірілген итмұрын жемісі, кант, картоп крахмалы, лимон қышқылы, су)	200	200	200		
	Алма	200	200	200		
	Тұздықты көже (рассольник) (картоп, пияз, тұздалған қияр, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Бұқтырылған ет (сиыр еті, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, бидай ұны)	80	90	100		
	Гарнир: бұқтырылған қырыққабат (ақ қауынды қырыққабат, өсімдік майы, сәбіз, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған)	100	130	150		
	Дәруменді салат: 2 нұсқа (ақ қауынды қырыққабат, сәбіз, жасыл пияз, шырын үшін лимон, өсімдік майы)	60	80	100		
Бейсенбі	Кара бидай наны	20	35	40	616 тг	
	Сүзбеше	100	100	100		
	Айран	200	200	200		
	Бұршақ көжесі (картоп, ұрме бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25		
	Көксерке балықтың тефтелегі (көксерке балығы, бидай наны, сүт, пияз, құнарландырылған бидай ұны, өсімдік майы)	80	90	100		
	Гарнир: сүт қатылған көкөніс (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервілеген, ақ қауынды қырыққабат, сүт қатылған көкөніс)	75/26	100/30	120/30		
	Кара бидай наны	20	35	40		
	Көп дәруменді шырын	200	200	200		
	Банан	200	200	200		
	Харчо көжесі (күріш жармасы, пияз, сары май, ақжелкен, қызанақ пастасы, йодталған тұз, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
жұма	Ет көтлеті (күріш жармасы, пияз, сары май, ақжелкен, қызанақ пастасы, йодталған тұз, сорпа, сиыр еті)	75/5	85/5	95/5		
	Құрамалы гарнир (пісірілген күріш және картоп езбесі)	100	130	150		
	Сыр міне қызанақтан салаты (қызанақ, сыр, өсімдік майы)	60	80	100	616 тг	
	Кара бидай наны	20	35	40		
	Ара балы	10	10	10		
	Сүт	200	200	200		

КЕЛІСІДІ

"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бәйтерек мектебі" МҚБ басшысының м.а.



"06" / "09" 2021 жыл

БЕКІТЕМІН

"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бәйтерек ауылының
жаңғы орта білім беретін мектебі"



Б.Р. Ежунусов
"06" / "09" 2021 жыл

Төрт апталық ас мәзірі (қыз-көктем)
II апта

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	тағамның шығымы, грамм			суммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	
дүйсенбі	Борш (қызылша, ақ кауданды қырыққабат, қызанақ пастасы, сәбіз, ақжелкен, пияз, йодталған тұз, өсімдік майы, кант, сорпа,	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Турама зразылар (котлетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, жұмыртка, кептірілген нан, ақжелкен)	80	90	100	
	Құрамалы гарнир (пісірілген күріш және картоп езбесі)	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
Сүт	200	200	200		
сейсенбі	Харчо көжесі (күріш жармасы, пияз, сары май, ақжелкен, қызанақ пастасы	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Үй қуырдағы (сиыр еті, картоп, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы)	200	200	200	
	Ақ кауданды қырыққабат салаты (ақ кауданды қырыққаба, сәбіз, кант, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Кептірілген жемістен компот алма мен алмұрт)	200	200	200	
Алма	200	200	200		
сәрсенбі	Үй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртка, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Палау (сиыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	150/50	150/50	150/50	
	Дәруменді салат, 2 нұсқа ақкауданды қырыққабат, сәбіз, көк жуа, лимона шырыны, өсімдік майы)	60	80	100	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Сүзбеше	100	100	100	
Айран	200	200	200		
бейсенбі	Бұршақ көжесі (картоп, үрме бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25	616 тг
	Бұқтырылған көксерке балығы (көксерке балығы, сорпа, сәбіз, ақжелкен, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы, кант, йодталған	75/50	75/50	75/50	
	Сүт катылған көкөніс (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервіленген, ақ кауданды қырыққабатсүт қатығы, сары май,	75/26	100/30	120/30	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Шабдалы шырыны	200	200	200	
Банан	200	200	200		
жұма	Көкөніс көжесі (ақ кауданды қырыққабат, картоп, сәбіз, пияз, көк бұршақ консервіленген, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200	230/25	250/25	616 тг
	Ет биточкилері (котлетке арналған ет, бидай наны, сүт, кептірілген нан, өсімдік майы, сары май)	75/5	85/5	95/5	
	Гарнир: бөктірілген күріш	100	130	150	
	Қара бидай наны	20	35	40	
	Ара балы	10	10	10	
	Сузбеше	100	100	100	
Сүт	200	200	200		

КЕЛІСІЛДІ
"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша білім бөлімі" ҚМД басшысының м.а.



Төрт апталық ас мәзірі (кыз-көктем)
III апта



БЕКТЕМШІ
"Ақмола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бәйтерек ауылының
"Төрт апталық ас мәзірі" ҚМД басшысының м.а.
Б.Р. Дәуітұлы
2022 жыл

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	Тағамның шығымы, грамм				Соммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		
дүйсенбі	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		616 тг
	Бұқтырылған сиыр еті (сиыр еті, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы)	80	90	100		
	Гарнир: бұтырап піскен қарақұмық (қарақұмық жармасы, сары май, йодталған тұз, су)	100	130	150		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Ара балы	10	10	10		
	Сүт	200	200	200		
	Бұршақ көжесі (картоп, үрме бұршақ, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/50	230/25	250/25		
	Үй құрдағы (сиыр еті, картоп, пияз, қызанақ пастасы, өсімдік майы)	200	200	200		
	Сәбізден салат (сәбіз, кант, өсімдік майы)	60	80	100		
	Қара бидай наны	20	35	40		
сейсенбі	Көп дәруменді шырын	200	200	200		616 тг
	Алмұрт	200	200	200		
	Тұздықты көже (рассольник) (картоп, пияз, тұздалған қиыр, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Турама фразылар (котлетке арналған сиыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, жұмыртқа, кептірілген нан, ақжелкен)	80	90	100		
	Гарнир: бөктірілген күріш (күріш, йодталған тұз, су)	100	130	150		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Сүзбеше	100	100	100		
бейсенбі	Алған	200	200	200		616 тг
	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Бөктірілген көксерке балығы (көксерке балығының, кесек еті, пияз, ақжелкен, ақ қаттық негізі, сорпа, сары май, картоп)	100	130	150		
	Гарнир: картоп сзбесі (картоп, сүт, сары май)	20	35	40		
	Қара бидай наны	200	200	200		
	Көп дәруменді шырын	200	200	200		
	Алма	200	200	200		
жұма	Үй кесіне көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сиыр еті)	200/25	230/25	250/25		616 тг
	Рагу (сиыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, құнарландырылған бидай ұны)	140/60	140/60	140/60		
	Қызылша салаты сырмен (қызылша, сыр, өсімдік майы)	60	80	100		
	Қара бидай наны	20	35	40		
	Сүзбеше	100	100	100		
	Алма	200	200	200		

КЕЛГІСІЗДІ

"Актола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бөкей Орта Білім Мектебінің
Д.Ш.Дорогов атындағы бөкей орта білім мектебінің
М.А. Қарашымысұлының м.а.



Төрт апталық ас мәзірі (кыз-көкем)

IV апта

Тағамның атауы, ингредиенттері



БЕКТЕМШІ
"Актола облысы білім басқармасының
Зеренді ауданы бойынша Бөкей Орта Білім Мектебінің
М.А. Қарашымысұлының м.а."

Б.Р. Дәуітұлы
2021 жыл

Күн	Тағамның атауы, ингредиенттері	Тағамның шығымы, грамм				Соммасы
		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		
дүйсенбі	Балғын қырыққабаттан ши (ак қауданды қырыққабат, сәбіз, акжелкен, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған бидай ұны, Палау (сыыр еті, күріш жармасы, өсімдік майы, пияз, сәбіз, қызанақ пастасы)	200/25	230/25	250/25		616 тг
	Балғын көкөністерден салаты (акқауданды қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы)	150/50	150/50	150/50		
	Кара бидай наны	60	80	100		
	Ара бағы	20	35	40		
	Сүт	10	10	10		
	Вермишель салынған көже (вермишель, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, сорпа, сыыр еті)	200	200	200		
	Турама зразылар (котлетке арналған сыыр еті, бидай наны, сүт, пияз, өсімдік майы, жұмыртқа, кептірілген нан, акжелкен)	200/25	230/25	250/25		
	Құрамалы гарнир (пісірілген күріш және картоп езбесі)	80	90	100		
	Дәруменді салат, 2 нұсқа акқауданды қырыққабат, сәбіз, көк жуа, лимона шырыны, өсімдік майы)	100	130	150		
	Кара бидай наны	60	80	100		
сейсенбі	Көпдәруменді шырын	20	35	40		616 тг
	Алма	200	200	200		
	Жарма салынған көже (сұлы жармасы, сәбіз, пияз, өсімдік майы, сорпа, сыыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Бұқтырылған ет (сыыр еті, сәбіз, пияз, өсімдік майы, қызанақ пастасы, бидай ұны)	80	90	100		
	Гарнир: бұқтырылған қырыққабат (ак қауданды қырыққабат, өсімдік майы, сәбіз, пияз, қызанақ пастасы, құнарландырылған Кара бидай наны	100	130	150		
	Кара бидай наны	20	35	40		
	Сүзбеше	100	100	100		
	Айран	200	200	200		
	Үй кеспе көжесі (құнарландырылған бидай ұны, жұмыртқа, су, йодталған тұз, пияз, сары май, сорпа, сыыр еті)	200/25	230/25	250/25		
	Балық котлеті (көксерке балығы, бидай наны, сүт, кептірілген нан, өсімдік майы)	75/50	75/50	75/50		
бейсенбі	Гарнир: сүт қатылған көкөніс (сәбіз, картоп, көк бұршақ консервілінен, ак қауданды қырыққабат, сүт қатығы, сүт, сары май, Кара бидай наны	75/26	100/30	120/30		616 тг
	Кара бидай наны	20	35	40		
	Кептірілген жемісте компоты (кептірілген алма, кант, су)	200	200	200		
	Алмұрт	200	200	200		
	Бұршақ көжесі (картоп, бұршақ, пияз, сәбіз, акжелкен, өсімдік майы, йодталған тұз, сорпа, сыыр еті)	200/50	230/25	250/25		
	Рагу (сыыр еті, өсімдік майы, картоп, сәбіз, пияз, құнарландырылған бидай ұны)	140/60	140/60	140/60		
	Балғын көкөніс салаты (ак қауданды қырыққабат, сәбіз, өсімдік майы)	60	80	100		
	Кара бидай наны	20	35	40		
	С дәруменді кисель (концентраттан кисель, кант, лимон қышқылы, су, С дәруменді ұнтағы)	200	200	200		
	Сүзбеше	100	100	100		
жұма					616 тг	

СОГЛАСОВАНО
и.о. руководителя Г.С. Служба образования
по Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области



" 06 " 09 2021 год

УТВЕРЖДАЮ

директор КГУ "Общеобразовательная школа
С. Байгерек по Зерендинскому району управления образования
Акмолинской области"



Джунусов Б.Р.

" 06 " 09 2021 год

Перспективное меню (зима-весна)
I неделя

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп, лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, мясо говядины, бульон)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Тефтели (мясо котлетное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, масло сливочное)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, вода)	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Молоко	200	200	200	
	Мед пчелиный	10	10	10	
вторник	Суп с крупой (крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук репчатый, паста томатная, масло растительное)	200	200	200	
	Салат из свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло сливочное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Кисель из плодов шиповника	200	200	200	
	Яблоко	200	200	200	
среда	Рассольник (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Мясо тушенное (мясо говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная)	80	90	100	
	Гарнир: капуста тушеная (капуста белокачанная, масло растительное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная обогащенная, сахар)	100	130	150	
	Салат витаминный, 2 вариант (капуста белокачанная, морковь, лук зеленый, яблоки, лимон для сока, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сузбеше (творог)	100	100	100	
	Кефир	200	200	200	
четверг	Суп с бобовыми (Картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Тефтели из судака (судак, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная обогащенная, масло растительное)	80	90	100	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, соус молочный, молоко, масло сливочное, мука пшеничная обогащенная, вода, сахар)	75/26	100/30	120/30	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Банан	200	200	200	
пятница	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, петрушка, томатная паста, соль йодированная, бульон, говядина)	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Котлеты мясные (мясо говяжье, котлетное)	75/5	85/5	95/5	
	Гарнир: комбинированный, рис отварной и пюре картофельное (крупа рисовая, масло сливочное, картофель, молоко)	100	130	150	
	Салат свекольный с сыром (свекла, сыр, масло растительное)	60	80	100	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	

СОГЛАСОВАНО
 И.О. Руководитель ГАУ СО «Областное управление образования по Зерендинскому району»
 Акмолинская область
 Зерендинский район
 2019 г.



Перспективное меню (зима-весна)
 II неделя



УТВЕРЖДАЮ
 директор КГУ "Областное управление образования с. Байтерек" Зерендинскому району управления образования Акмолинской области"
 Дакунусов Б.Р.
 2019 г.

день	Наименование блюда, ингредиентов	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Борщ (свекла, капуста белокочанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль)	200/25	230/25	250/25	616 г
	Иодированная, мясо говядины, (бульон)	80	90	100	
	Зразы рубленые (говядина, мясо колбасное, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сухари, петрушка)	100	130	150	
	Гарнир: крупа перловая	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100	
	Сырбеш (творог)	10	10	10	
	Мед пчелиный	200	200	200	
	Молоко	200/25	230/25	250/25	
	Суп харчо (крупа рисовая, лук репчатый, мясо свиное, петрушка, томатная паста, соль)	200	200	200	
	Воздушная, (бульон, мясо говяжье)	60	80	100	
вторник	Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук репчатый, паста томатная, масло растительное)	200	200	200	616 г
	Салат из белокачанной капусты (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, масло растительное)	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100	
	Компот из смеси сухофруктов (яблоко и груша)	200	200	200	
	Яблоко	200/25	230/25	250/25	
	Суп лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль, болгарский перец, лук репчатый, масло свиное, бульон, мясо говяжье)	150/50	180/50	200/50	
	Пилов (говядина, крупа рисовая, мясо растительное, лук репчатый, масло свиное, бульон, говядина)	60	80	100	
	Салат витаминный, 2 варшав (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, яблоко, свекла, масло растительное)	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100	
	Сырбеш (творог)	200	200	200	
среда	Кефир	200/25	230/25	250/25	616 г
	Суп с бобовыми (фасоль, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говядины)	75/50	75/50	75/50	
	Судак тушеный (судак, вода или бульон, морковь, петрушка, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар, соль, болгарский перец)	75/26	100/30	120/30	
	Гарнир (овощи в молочном соусе) (морковь, картофель, консервированный зеленый горошек, капуста белокачанная, соус молочный, молоко, масло свиное, мука пшеничная высшего сорта, вода, соль)	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	200	200	200	
	Сок персиковый	200	200	200	
	Банан	200	230/25	250/25	
	Суп из овощей (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, поришки желтый консервированный, мясо растительное, бульон, говядина)	75/5	85/5	95/5	
	Быточки мясные (мясо колбасное говяжье, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, масло сливочное)	100	130	150	
	Гарнир: рис отваренный	20	35	40	
пятница	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	10	616 г
	Мед пчелиный	100	100	100	
	Сырбеш (творог)	200	200	200	
	Молоко	200	200	200	

СОГЛАСОВАНО
 и.о. руководителя У.О. Отдел образования
 по Зерендинскому району управления образования
 Акмолинской области



Перспективное меню (зима-весна)
 III неделя

Наименование блюда, ингредиентов



УТВЕРЖДАЮ
 директор КГУ "Общеобразовательная школа
 с. Байтерек-но Зерендинскому району управления образования
 Акмолинской области"
 Джунусов Б.Р.
 2014 год

день	Наименование блюда, ингредиенты	выход блюда, грамм			сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	
понедельник	Суп с вермишелью (вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, паста томатная, бульон, мясо говьяжес)	200/50	230/25	250/25	616 тг
	Говядина тушеная (поджарка)	80	90	100	
	Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Творог (сузбеше)	100	100	100	
	Мед пчелиный	10	10	10	
	Молоко	200	200	200	
	Суп с бобовыми (картофель, фасоль, лук репчатый, масло растительное, бульон, говядина)	200/50	230/25	250/25	
	Куры отварные (курица, лук репчатый)	80	90	100	
	Гарнир: макароны отварные	100	130	150	
вторник	Салат из моркови (морковь, сахар, масло растительное)	60	80	100	616 тг
	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Сок мультивитаминный	200	200	200	
	Груша	200/25	230/25	250/25	
	Рассольник (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, бульон, говядина)	80	90	100	
	Зразы рубленые (говядина, мясо котлетное, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сухари, петрушка)	100	130	150	
	Гарнир: рис припущенный	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100	
	Сузбеше (творог)	200	200	200	
среда	Кефир	200/25	230/25	250/25	616 тг
	Суп с крупой (каша овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говьяжес)	60	80	100	
	Салат из свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло растительное)	200/25	230/25	250/25	
	Судак припущенный (филе судака, лук репчатый, петрушка, соус белый основной, бульон, масло сливочное, мука пшеничная обогашенная)	100	130	150	
	Гарнир: пюре картофельное	20	35	40	
	Хлеб ржано-пшеничный	200	200	200	
	Кисель из плодов шиповника (плоды шиповника сушеные, сахар, крахмал картофельный, кислота)	200	200	200	
	Яблоко	200/25	230/25	250/25	
	Суп, лапша домашняя (мука пшеничная, яйца, вода, соль йодированная, лук репчатый, масло сливочное, мясо говядины, бульон)	140/60	140/60	140/60	
	Рагу из говядины (мясо говьяжес, масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная обогашенная)	10	10	10	
пятница	Мед пчелиный	20	35	40	616 тг
	Хлеб ржано-пшеничный	100	100	100	
	Сузбеше (творог)	200	200	200	
	Молоко	200	200	200	
	Молоко	200	200	200	

СОГЛАСОВАНО
 и.о. руководителем Г.А.О. в сфере образования
 по Зерендинскому району управления образования
 Акмолинской области
 Нуров Г.Ш.
 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор КГУ "Общеобразовательная школа
 с. Байтерек по Зерендинскому району управления образования
 Акмолинской области"
 Джунусов Б.Р.
 2020 г.

Перспективное меню (зима-весна)
 IV неделя
 Наименование блюда, ингредиенты

День	Наименование блюда, ингредиенты	Выход блюда, грамм				сумма
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		
понедельник	Шни из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, паста томатная, мука пшеничная обогатщенная, масло растительное, бульон, говядина) Плов из мяса говядины (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста) Салат их свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло растительное) Хлеб ржано-пшеничный Мед пчелиный Молоко	200/25	230/25	250/25	616 гр	
		150/50	180/50	200/50		
		60	80	100		
		20	35	40		
		10	10	10		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		60	80	100		
		80	90	100		
		100	130	150		
вторник	Салат витаминный, 2 вариант (капуста белокачанная, морковь, сахар, масло растительное) Зразы рубленые (котлетное, говяжье мясо, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, масло растительное, яйца, сухари, петрушка) Гарнир: крупа перловая (крупа перловая, масло сливочное, бульон) Хлеб ржано-пшеничный Сок мультивитаминный Яблоко	200/25	230/25	250/25	616 гр	
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		100	100	100		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
среда	Суп с крупой "крупа овсяная, морковь, лук репчатый, масло растительное, бульон, мясо говяжье) Масло тушеное (говядина) Гарнир (капуста тушеная) Хлеб ржано-пшеничный Сюзбеше (творог) Кефир	200/25	230/25	250/25	616 гр	
		60	80	100		
		75/50	75/50	75/50		
		75/26	100/30	120/30		
		20	200	200		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		20	35	40		
		200	200	200		
		200	200	200		
четверг	Хлеб ржано-пшеничный Компот из сухофруктов Груша Борщ (свекла, капуста белокачанная, томатная паста, морковь, петрушка, лук репчатый, соль йодированная, масло растительное, сахар, бульон, мясо говяжье) Куры отварные (курица, лук репчатый) Гарнир: гречка рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное) Хлеб ржано-пшеничный Кисель с витамином С Сюзбеше (творог)	20	35	40	616 гр	
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		80	90	100		
		100	130	150		
		20	35	40		
		200	200	200		
		200	200	200		
		100	100	100		
		100	100	100		
пятница	Шни из свежей капусты (капуста белокачанная, морковь, петрушка, лук репчатый, паста томатная, мука пшеничная обогатщенная, масло растительное, бульон, говядина) Плов из мяса говядины (мясо говяжье, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста) Салат их свежих овощей (капуста белокачанная, морковь, масло растительное) Хлеб ржано-пшеничный Мед пчелиный Молоко	200/25	230/25	250/25	616 гр	
		150/50	180/50	200/50		
		60	80	100		
		20	35	40		
		10	10	10		
		200	200	200		
		200/25	230/25	250/25		
		60	80	100		
		80	90	100		
		100	130	150		