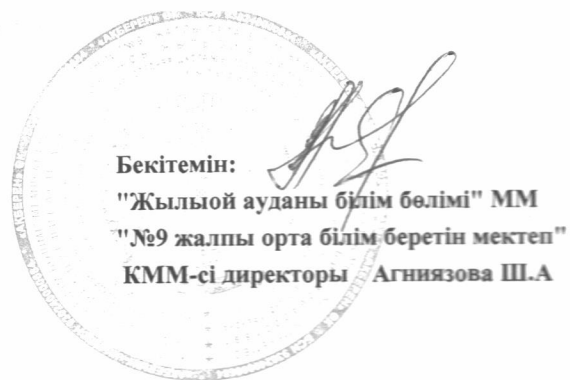




Ас мәзірі
маусым 2019 жыл

1- кун

Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, тенге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға,
Таңертеңгілік ас					
күріш ботқасы	100	күріш	300	0,03	9
		сут	350	0,05	17,5
		сары май	1000	0,005	5
		иодталған тұз	70	0,002	0,14
бидай наны	15	бидай наны	70	0,025	1,75
ірімшік	5	ірімшік (сыр)	2000	0,005	10
сут	58	сут тетрапакет	450	0,100	45
					88,39
Түстік ас					
Борщ сорпасы	200	сиыр еті	1800	0,08	144
		картоп	200	0,067	13,4
		сәбіз	200	0,01	2
		қызылша	200	0,035	7
		жуа	200	0,01	2
		қырыққабат	200	0,07	14
		иодталған тұз	70	0,002	0,14
		күнбағыс майы	400	0,01	4
нан	40	кара бидай наны	140	0,025	3,50
компот шырыны	200	кепкен жеміс	1000	0,03	30,00
		қант	280	0,01	2,8
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
көкөніс салаты	100	қызанақ, қияр	600	0,150	90
		көк жуа	500	0,01	5
		күнбағыс майы	400	0,002	0,8
					366,64
Бесінді ас					
творог	20	творог	700	0,02	14
		қант	280	0,005	1,4
шубат	200	шубат	800	0,2	160
булки	50	булки	100	1/050	64,56
					239,96
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					694,99

2-күн

2- кун					
Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, теңге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға,
Танертеңгілік ас					
манка жармасы	100	манная крупа	180	0,03	5,4
		сут	350	0,05	17,5
		сары май	1000	0,005	5
		қант	280	0,007	1,96
бидай наны	10	бидай наны	70	0,025	1,75
мед	5	мед сертификатталған	2000	0,005	10
сут	58	сут тетрапакет	450	0,1	45
вафли	15	вафли	700	0,02	14
					100,61
Түстік ас					
көкөніс сорпасы	200	сиыр еті	1800	0,08	144
		қырыққабат	200	0,07	14
		жуа	200	0,01	2
		күнбағыс майы	400	0,015	6
		сәбіз	200	0,01	2
		картоп	200	0,06	12
		томат пастасы	300	0,005	1,5
		иодталған тұз	70	0,005	0,35
нан	40	кара бидай наны	140	0,03	4,2
компот шырыны	200	кепкен жеміс	1000	0,03	30
		қант	280	0,01	2,8
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
					266,85
Бесінді ас					
булки	50	булки	100	1	64,56
шырын	200	шырын шынайы	300	0,2	60
көкөніс салаты	120	қызанақ, қияр	600	0,09	54
		жұмыртқа	30	1	30
		картоп	200	0,02	4
		көк жуа	500	0,01	5
		қаймақ	600	0,01	6
		жасыл бұршақ	800	0,02	16
					239,56
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					607,02

- кун

Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, тенге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға.
Танертенгілік ас					
Сүттен пісірілген сорпа	200	вермишель	180	0,026	4,68
		сары май	1000	0,005	5
		қант	280	0,007	1,96
		сүт тетрапакеті	450	0,07	31,5
бидай наны	15	кара бидай наны	140	0,025	3,50
творог	20	творог	700	0,02	14
		қант	280	0,005	1,4
62,04					
Түстік ас					
тефтелей картоп пюресімен	200/100	сиыр еті фаршы	1800	0,08	144
		сары май	1000	0,005	5
		жуа	200	0,01	2
		сүт	350	0,038	13,3
		картоп	200	0,06	12
		иодталған тұз	70	0,004	0,28
нан	20	бидай наны	70	0,02	1,4
шырын	200	шырын шынайы	300	0,2	60
көкеніс салаты	100	қызанақ, кияр	600	0,150	90
		көк жуа	500	0,01	5
		күнбағыс майы	400	0,002	0,8
333,78					
Бесінді ас					
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
нан	20	бидай наны	70	0,02	1,40
шубат	200	шубат	800	0,2	160
					209,4
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					605,22

4-күн

Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, теңге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға,
Танертенгілік ас					
сары май	5	сары май	1000	0,005	5
бидай наны	15	бидай наны	70	0,015	1,05
ірімшік	5	ірімшік (сыр)	2000	0,005	10
сут	58	сут тетрапакет	450	0,1	45
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
					109,05
Түстік ас					
гречка ботқасы	200	гречка	280	0,026	7,28
		күнбағыс майы	400	0,015	6
		иодталған тұз	70	0,002	0,14
		сәбіз	200	0,01	2
		сиыр еті	1800	0,06	108
көкөніс салағы	100	қызанақ, қияр	600	0,118	70,8
		көк жуа	500	0,01	5
		күнбағыс майы	400	0,002	0,8
нан	40	кара бидай наны	140	0,025	3,50
шырын	200	шырын шынайы	300	0,2	60
					263,52
Бесінді ас					
творог	20	творог	700	0,02	14
		қант	280	0,005	1,4
компот шырыны	200	кепкен жеміс	1000	0,03	30
		қант	280	0,01	2,8
булки	50	булки	100	1/050	64,56
					112,76
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					485,33

5- кун

Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, тенге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға,
Танертенгілік ас					
булки рогалики	50	булки рогалики	100	1	64,56
шырын	200	шырын шынайы	400	0,2	80
творог	20	творог	700	0,02	14
		кант	280	0,005	1,4
жұмыртка	1	жұмыртка	30	1	30
					189,96
Түстік ас					
Плов	150	күріш	300	0,03	9
		күнбағыс майы	400	0,015	6
		иодталған тұз	70	0,002	0,14
		сәбіз	200	0,02	4
		сиыр еті	1800	0,08	144
нан	40	кара бидай наны	140	0,03	4,2
компот шырыны	200	кепкен жеміс	1000	0,03	30
		кант	280	0,01	2,8
мед		мед сертификатталған	2000	0,005	10
сәбіз салаты	50	сәбіз	200	0,04	8
		алма	450	0,012	5,4
		кант	280	0,002	0,56
		күнбағыс майы	480	0,008	3,84
					227,94
Бесінді ас					
манка жармасы	100	манная крупа	180	0,03	5,4
		сут	350	0,05	17,5
		сары май	1000	0,005	5
		кант	280	0,007	1,96
нан		бидай наны	70	0,02	1,4
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
сут		сут тетрапакет	450	0,1	45
					124,26
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					542,16

0- кун

Тағам атауы	тағам шығысы граммен	Тағам құрамы	бағасы, тенге/кг	тағам нормасы граммен	құны 1 күнге 1 балаға,
Таңертеңгілік ас					
сары май	5	сары май	1000	0,005	5
бидай наны	10	бидай наны	70	0,015	1,05
ірімшік	5	ірімшік (сыр)	2000	0,005	10
вафли	15	вафли	700	0,02	14
сут	108	сут тетрапакет	450	0,1	45
					75,05
Түстік ас					
Окорочка	100	окорочка	600	0,04	24
Гарнир:Рожки		макарон өнімі	180	0,03	5,4
		күнбағыс майы	400	0,01	4
		тұз	70	0,0027	0,16
		жуа	200	0,01	2
		сәбіз	200	0,02	4
		томат пастасы	300	0,005	1,5
нан	40	кара бидай наны	140	0,025	3,50
шубат	200	шубат	800	0,2	160
алма	100	жас жеміс	480	0,1	48
					250,56
Бесінді ас					
булки рогаики	50	булки рогаики	100	1	64,56
шырын	200	шырын шынайы	300	0,2	60
көкеніс салағы	100	қызанақ,қияр	600	0,15	90
		көк жуа	500	0,01	5
		күнбағыс майы	400	0,002	0,8
					220,36
1 балаға бір күндік тамақ шығыны					545,97

Аспаз: _____

1 аптаға 6 күнге

3481

Ұйымдастырушы: _____

1 күнге ҚҚС-сыз

6

580