



Жаңашы білім беру ұйымдарында оқушылардың тамақтануын ұйымдастыруға арналған 4 апталық перепективалық мақаласының (Қыс-Қоқсем) құрастырушысы

Тағамдардың атауы	Тағамның шығатыны, г			Тағамның ингредиенттері	Бағасы	Брутто, г					Нетто, г					Сомасы					Шикізат жанындағының құны				Дайын тағамның құны				
	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас			7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-11 жас	10-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас						
Қары май қосылған сүтті тары ботқасы	150	200	200	Тары жармасы 2,5% сүт қант қары май қосылған тұз	365,00	0,03	0,035	0,040	0,03	0,035	0,040	10,95	12,78	14,60	85,29	94,91	104,54	153,52	170,84	188,17									
					468,00	0,076	0,088	0,100	0,076	0,088	0,100	35,57	41,18	46,80															
					437,00	0,005	0,01	0,015	0,005	0,01	0,015	2,19	4,37	6,56															
					3652,00	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	36,52	36,52	36,52															
					64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06															
					3652,00	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	36,52	36,52	36,52															
					64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06															
					3652,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	25,95	25,95	25,95															
					5189,00	0,025	0,035	0,040	0,025	0,035	0,040	10,63	14,88	17,00															
					3000,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	15,00	15,00	15,00															
Қары май мен ірімшік қосылған сәнділiч	35	50	55	Ірімшік нан бағл	425,00	0,025	0,035	0,040	0,025	0,035	0,040	10,63	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00	15,00	27,00	27,00	27,00							
					3000,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	15,00	15,00	15,00															
Бағл	5	5	5	Жоғары сортты шай	482,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	4,82	4,82	4,82	16,84	16,84	16,84	30,30	30,30	30,30									
					468,00	0,021	0,021	0,021	0,02	0,02	0,02	9,83	9,83	9,83															
Сүт пен қант қосылған шай	200/20/5	200/20/5	200/20/5	Қант	437,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	2,19	2,19	2,19															
					696	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	6,9	6,9	6,9	190,21	204,09	215,84	342,38	367,36	388,51									
Мейіз қосылған қызылша салаты	60	100	100	Қызылша мейіз өсімдік майы тәулік еті (оған іргелес өсімдік майы қартоп	280,00	0,066	0,12	0,12	0,050	0,090	0,090	18,48	33,60	33,60	39,48	68,60	68,60	71,06	123,48	123,48									
					3500,00	0,006	0,01	0,01	0,05	0,09	0,09	21,00	35,00	35,00															
					653,00	0,003	0,004	0,005	0,003	0,004	0,005	1,96	2,61	3,27															
					1426,00	0,160	0,160	0,160	0,109	0,109	228,16	228,16	228,16																
					653,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	3,27	3,27	3,27															
					191,00	0,107	0,107	0,107	0,080	0,080	20,44	20,44	20,44																
					240,00	0,022	0,022	0,022	0,018	0,018	5,28	5,28	5,28																
					207,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,41	0,41	0,41																
					64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06																
					1500,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,003	4,50	4,50	4,50																
Жеміс-жидек кісегі	200	200	200	Жеміс немесе жидек қант қартоп краккмазы	437,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	4,37	4,37	4,37	46,87	46,87	46,87	84,37	84,37	84,37									
					2000,00	0,019	0,019	0,019	0,019	0,019	38,00	38,00	38,00																
Билдай қара билдай наны	20	35	40	Билдай қара билдай наны	425,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	8,50	14,88	17,00	352,47	387,97	390,09	634,45	698,34	702,16									
Гүлаш (сыыр еті)	80	100	100	Сыыр еті (ныл-кеуде) сәбіз піяз өсімдік майы томат пастасы билдай ұны I сорт йолталған тұз	2711,00	0,162	0,216	0,216	0,119	0,159	0,159	439,18	585,58	585,58	478,30	638,50	638,50	860,93	1149,30	1149,30									
					240,00	0,010	0,015	0,012	0,008	0,008	0,008	1,04	1,49	1,49															
					149,00	0,007	0,01	0,01	0,01	0,007	0,01	4,57	6,53	6,53															
					653,00	0,007	0,01	0,01	0,01	0,007	0,01	4,57	6,53	6,53															
					2000,00	0,015	0,02	0,02	0,02	0,015	0,02	30,00	40,00	40,00															
					207,00	0,005	0,006	0,006	0,006	0,005	0,006	1,04	1,24	1,24															

2 - күн

3 - күн

Ғарнир үтлімелі қарақұмық	100	150	150	сары май қарақұмық	3652,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	18,26	18,26	18,26	32,63	39,48	39,48	58,73	71,07	71,07	
Сүзбе шай	50	50	50	Идолталған тұз	298,00	0,048	0,071	0,071	0,071	0,048	0,071	0,071	0,071	0,071	0,071	14,30	21,16	21,16	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	
Бидай қаара бидай наны	200	200	200	Сүзбе шай	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	
	20	35	40	Бидай қаара бидай наны	1423,00	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	71,15	71,15	71,15	71,15	71,15	71,15	71,15	71,15	71,15	
					400,00	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	80,00	
					425,00	0,020	0,035	0,040	0,040	0,020	0,035	0,040	0,040	0,040	8,50	14,88	14,88	17,00	8,50	14,88	14,88	17,00	15,30	26,78	30,60
																			670,57	844,01	846,13	1207,03	1519,22	1523,04	

4 - күн

ақ қырыққабат, сәбіз салаты	60	100	100	ақ қырыққабат	140,00	0,044	0,06	0,06	0,06	0,035	0,050	0,050	0,050	0,050	0,050	6,16	8,82	8,82	21,02	31,09	31,09	37,83	55,96	55,96
				сәбіз	240,00	0,011	0,031	0,031	0,031	0,01	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	2,64	7,44	7,44	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80
				бөксөк	2600,00	0,003	0,003	0,003	0,003	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80	7,80
				қант	437,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44
				Идолталған тұз	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
				өсімдік майы	653,00	0,006	0,01	0,01	0,01	0,006	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	3,92	6,53	6,53	6,53	6,53	6,53	6,53	6,53	6,53
				қызылт лосось	2500,00	0,050	0,050	0,050	0,050	0,031	0,031	0,031	0,031	0,031	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00	125,00
				Тары жармасы	365,00	0,005	0,006	0,006	0,006	0,005	0,006	0,006	0,006	0,006	1,83	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19
				Пияз	149,00	0,017	0,022	0,022	0,022	0,015	0,018	0,018	0,018	0,018	2,53	3,28	3,28	3,28	3,28	3,28	3,28	3,28	3,28	3,28
				карттон	191,00	0,049	0,060	0,060	0,060	0,036	0,045	0,045	0,045	0,045	9,36	11,46	11,46	11,46	11,46	11,46	11,46	11,46	11,46	11,46
				Идолталған тұз	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
				жогары сортты шай	4822,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82	4,82
				қосылған шай	437,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19	2,19
				Бидай қаара бидай наны	425,00	0,020	0,035	0,040	0,040	0,020	0,035	0,040	0,040	8,50	14,88	14,88	17,00	8,50	14,88	14,88	17,00	15,30	26,78	30,60
																			175,31	194,97	197,09	315,55	350,94	354,76

5 - күн

ет қоллеттері ( пеште піскен) \ қызыл негізгі тұздық	80/20	100/20	100/20	сыыр еті ( қоллет еті )	2711,00	0,076	0,101	0,101	0,101	0,056	0,074	0,074	0,074	0,074	206,04	273,81	273,81	273,81	251,64	328,93	328,93	452,95	592,08	592,08
				1-сұрылты ұннан	425,00	0,014	0,018	0,018	0,018	0,014	0,018	0,018	0,018	0,018	5,95	7,65	7,65	7,65	7,65	7,65	7,65	7,65	7,65	7,65
				пияз	149,00	0,032	0,042	0,042	0,042	0,027	0,036	0,036	0,036	0,036	4,77	6,26	6,26	6,26	6,26	6,26	6,26	6,26	6,26	6,26
				2,5%-сүт	468,00	0,017	0,024	0,024	0,024	0,017	0,024	0,024	0,024	0,024	7,96	11,23	11,23	11,23	11,23	11,23	11,23	11,23	11,23	11,23
				кепірілген нан	1200,00	0,008	0,010	0,010	0,010	0,008	0,010	0,010	0,010	0,010	9,60	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00	12,00
				өсімдік майы	653,00	0,005	0,006	0,006	0,006	0,005	0,006	0,006	0,006	0,006	3,27	3,92	3,92	3,92	3,92	3,92	3,92	3,92	3,92	3,92
				Идолталған тұз	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
				қызыл негізгі тұздық	700,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00	14,00
				Идолталған тұз	191,00	0,117	0,180	0,180	0,180	0,088	0,135	0,135	0,135	0,135	22,35	16,81	16,81	16,81	16,81	16,81	16,81	16,81	16,81	16,81
				Бидай ұны ж/с	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
				Бидай ұны ж/с	539,00	0,033	0,040	0,040	0,040	0,033	0,040	0,040	0,040	0,040	17,79	21,56	21,56	21,56	21,56	21,56	21,56	21,56	21,56	21,56
				қант	437,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08	1,08
				сары май	3652,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30	7,30
				1 санаттағы жұмыртқа	412,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82	0,82
				Идолталған тұз	64,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06	0,06
				сығымдалған ашытқы	5693,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69	5,69
				сүзбе	1423,00	0,028	0,028	0,028	0,028	0,028	0,028	0,028	0,028	0,028	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84	39,84
				ванилин	6000,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80
				1 санат жұмыртқасы	412,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41	0,41
				кепірілген жеміс	2000,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00
				қант	437,00	0,02	0,020	0,02	0,02	0,02	0,020	0,02	0,02	0,02	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74	8,74
				лимон қышқылы	2500,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50	2,50
				Бидай қаара бидай наны	425,00	0,020	0,035	0,040	0,040	0,020	0,035	0,040	0,040	8,50	14,88	14,88	17,00	8,50	14,88	14,88	17,00	15,30	26,78	30,60
																			409,91	491,81	511,51	737,83	885,26	920,71

1 - күн

тары жармасы	365,00	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95	10,95
--------------	--------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

II апта









