

«Бекітілді»

Қызылорда облысының денсаулық сақтау басқармасының басшысы

_____ О. Искаков
« ____ » _____ 2025 жылы

«Келісілді»

Қызылорда облысының білім басқармасының басшысы

_____ А. Есжанов
« ____ » _____ 2025 жылы

Қазақстан республикасы Премьер-Министірі О. Бектеновтың 2024 жылғы 19 қарашадағы № 38 хаттамалық тапсырмасының 1-бөлімінің 1- тармағының 16) тармақшасын орындау мақсатында, Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігі Санитариялық-эпидемиологиялық бақылау комитеті төрағасының 2025 жылғы 27 тамыздағы №103-НҚ «Үлгілік перспективалы мектеп мәзірін бекіту туралы» бұйрығына сәйкес

Үлгілік перспективалы мектеп мәзірі (жаз-күз 1 апта)

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Сомасы			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тағамның құны		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
1 неделя																				
1-й день																				
Кесілген қызынық пен қияр	60	80	100	Балғын қызанақ	900,00	35	45	55	30	40	50	31,50	40,50	49,50	59,50	76,50	93,50	59,50	76,50	93,50
				Балғын қияр	800,00	35	45	55	30	40	50	28,00	36,00	44,00						

Палау тауық пен	200	220	250	Тауық еті	2200,00	85	98	105	79	83	99	187,0	215,6	231,0	222,01	254,43	276,22	222,01	254,43	276,22		
				күріш	450,00	45	50	55	45	50	55	20,25	22,50	24,75								
				Өсімдік май	850,00	5	5	7	5	5	7	4,25	4,25	5,95								
				сәбіз	230,00	30	34	40	26	29	33	6,90	7,82	9,20								
				жуа	212,00	17	20	25	12	17	21	3,6	4,24	5,3								
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,3	0,1	0,2	0,3	0,01	0,02	0,02								
Какао сүтпен	200	200	200	Какао ұнтағы	4500,00	7	7	7	7	7	7	31,50	31,50	31,50	149,4	149,4	149,4	149,4	149,4	149,4		
				Сүт 2,5 %	630,00	180	180	180	180	180	180	113,40	113,40	113,40								
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5								
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50		
															447,41	507,83	546,62	447,41	507,83	546,62		
															501,1	568,77	612,22	501,1	568,77	612,22		
2-й день																						
Митболы	70	90	100	Сыр еті	4700,00	80	90	100	75	85	90	360,00	405,00	450,00	388,85	439,50	488,97	388,85	439,50	488,97		
				Бидай наны	426,00	12	15	17	7	12	15,0	2,98	5,11	6,39								
				жұмыртқа	212,00	6	8	9	5	5	5,0	2,75	2,75	2,75								
				жуа	550,00	4	6	7	5	10	12,0	1,47	2,52	3,15								
				Өсімдік май	850,00	5	6	7	2,0	3,0	3,0	1,70	2,55	2,55								
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,016	0,016	0,016								
Соус каймақпен	20	20	20	Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21		
				1 сортты ұн	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50								
				Сары май	4560,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	13,68	13,68	13,68								

Рагу көкөніспен	130	150	180	Қырыққабат	212,00	54	63	78	48,0	65,0	68,0	11,45	13,36	16,54	45,50	58,24	71,70	45,50	58,24	71,70
				Картоп	280,00	78	91	109	48,0	65,0	68,0	21,84	25,48	30,52						
				сәбіз	230,00	30	52	72	28,0	47,0	57,0	6,9	11,96	16,56						
				жуа	212,00	13	15	18	5	6	6	2,76	3,18	3,82						
				Өсімдік май	850,00	3	5	5	3	5	5	2,55	4,25	4,25						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,08	0,16	0,16						
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,50	4,50	4,50						
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50
															505,16	579,55	643,47	505,16	579,55	643,47
3-й день																				
Салат қырыққабат фасоль және сәбізден	60	80	100	қырыққабат	212	40	55	65	32	44	54	8,48	11,66	13,78	23,8	29,68	36,68	23,8	29,68	36,68
				сәбіз	230,00	13	15	18	9	11	14	2,99	3,45	4,14						
				Қызыл фасоль	1115,00	8	10	13	8	10	13	8,92	11,15	14,50						
				Өсімдік май	850,00	4	4	5	4	4	5	3,40	3,40	4,25						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02						
Тауық етінен таяқшалар	70	90	100	Тауық еті	2200,00	66	77	88	61	71	82	145,20	169,4	196,6	174,36	203,05	235,54	174,36	203,05	235,54
				Бидай наны	426,00	5,0	7,0	9,0	5,0	7,0	9,0	2,13	2,98	3,83						
				1 сортты ұн	250,00	3	6	9	3	6	9	0,75	1,50	2,25						
				жұмыртқа	550,00	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	20,0	11,00	11,00	11,00						
				Сүт 2,5%	630,00	5,0	6,0	7,0	5,0	6,0	7,0	3,15	3,78	4,41						
				Кепкен нанның ұнтағы	750,00	4,0	7,0	9,0	4,0	7,0	9,0	3,00	5,25	6,75						

				Сары май	4560,00	2,0	2,0	3,0	2,0	2,0	3,0	9,12	9,12	13,68						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02						
Соус қаймақпен	20	20	20	Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21
				1 сортты ұн	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50						
				Сары май	4560,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	13,68	13,68	13,68						
Бұршақ пюресі	130	150	180	бұршақ	450,00	60	70	85	60	70	85	27	31,5	38,25	49,82	58,88	70,19	49,82	58,88	70,19
				Сары май	4560,00	5	6	7	5	6	7	22,8	27,36	31,92						
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02						
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон	1500,00	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	60,00	60,00	60,00	126,8	126,8	126,8	126,8	126,8	126,8
				Алма	700,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	62,30	62,30	62,30						
				Қант	450,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	4,5	4,5	4,5						
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50
															426,48	481,11	531,92	426,48	481,11	531,92
4-й день																				
Фишболы балық етінен	70	90	100	Балық еті	2700,00	76	86	105	57	71	90	205,20	232,20	283,50	235,77	274,43	339,95	235,77	274,43	339,95
				Бидай наны	426,00	5	8	10	5	8	10	2,13	3,41	4,26						
				сүт	630,00	8	10	15	8	10	15	5,04	6,30	9,45						
				жұмыртқа	550,00	8	8	10	8	8	10	4,40	4,40	5,50						
				Сары май	4560,00	4	6	8	4	6	8	18,24	27,36	36,48						
				ұн	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	0,01	0,01	0,02						
Сүтті соус томатпен	20	20	20	Сүт	630,00	10	10	10	10	10	10	6,30	6,30	6,30	31,59	31,59	31,59	31,59	31,59	31,59
				1 сортты ұн	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75						

				Сары май	4560,00	4	4	4	4	4	4	18,24	18,24	18,24							
				қызынық пастасы	2100,00	3	3	3	3	3	3	6,30	6,30	6,30							
Картөп езбесі	130	150	180	кәртөп	280,00	150	174	207	120	150	170	42	48,72	57,96	92,36	106,16	122,48	92,36	106,16	122,48	
				сүт	630,00	22	26	30	22	26	30	13,86	16,38	18,9							
				Сары май	4560,00	8	9	10	8	9	10	36,48	41,04	45,60							
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	0,02	0,024	0,024							
Алма	150	150	150	Алма	700,00	150	150	150	150	150	150	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60	19,1	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,2							
															500,31	563,77	645,63	500,31	563,77	645,63	
5-й день																					
					0																
Дәрүменді салат	60	80	100	қырыққабат	212,00	40	58	28	32	46	55	8,48	12,3	14,42	29,82	40,52	49,52	29,82	40,52	49,52	
				сәбіз	230,00	11	15	19	9	12	15	2,53	3,45	4,37							
				алма	700,00	22	29	36	15	20	25	15,4	20,3	25,2							
				жуа	212,00	4	5	6	3	4	5	0,85	1,06	1,27							
				Өсімдік май	850	3	4	5	3	4	5	2,55	3,4	4,25							
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,022							
Асылған жылқы еті	70	90	100	Жылқы еті	4700,00	86	128	136	76	108	118	404,2	601,60	648,60	408,03	605,86	5554,98	408,03	605,86	5554,98	
				пияз	212,00	18	20	30	15	22	26	3,82	4,24	6,36							
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02							
Жайма /Макарон	130	150	180	Жайма /Макарон	650,00	46	55	75	46	55	75	29,9	35,75	48,75	29,91	35,76	48,77	29,91	35,76	48,77	

				Йодталған туз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	00,1	00,2	00,22						
Компот балғын алмадан мииз қосылған	200	200	200	Мейиз	4200	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	21,0	21,0	21,0	125,6	125,6	125,6	125,6	125,6	125,6
				Алма	700	143	143	143	100	100	100	100,1	100,1	100,1						
				қант	450	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5						
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50
															609,86	835,24	906,37			

Үлгілік перспективалы мектеп мәзірі (жаз-күз 2 апта)

Наименование блюд	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г			Сумма			Стоимость набора сырья			Стоимость готового блюда		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
2 неделя																				
1-й день																				
	60	80	100	Қызылша	230,00	70	90	115	55	66	92	16,10	20,70	26,45	101,16	134,96	168,21	101,16	115,3	168,21

Қызылша салаты сыр қосылған																			4,96	
				сыр	5500,00	15	20	25	15	20	25	82,50	110,00	137,50						
				Өсімдік май	850,00	3	5	5	3	5	5	2,55	4,25	4,25						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Бұқтырылған тауық еті қаймақ соуста	70	90	100	Тауық еті	2200,00	94	107	115	88	100	108	206,80	235,4	253	242,63	285,06	311,77	242,63	2,8506	302,66
				Сары май	4560,00	4	5	6	4	5	6	18,24	22,8	27,36						
				қаймақ	2103,00	8	10	10	8	10	10	16,82	21,03	21,03						
				Үн 1 сорт	250,00	3	5	5	3	5	5	0,75	1,25	1,25						
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02						
Асылған макарон	130	150	180	макарон	430	47	54	64	42	48	58	20,21	53,22	27,52	47,58	55,15	64,01	47,58	5,515	8
				Сары май	4560	6	7	8	6	7	8	27,36	31,92	36,48						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60	19,1	19,1	19,1	19,1	1,91	19,1
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5						
Алма	150	150	150	алма	700,00	150	150	150	150	150	150	105	105	105	150	150	150	150	1,50	150
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	2,75	27,50

																				50		
					531,98	622,21													686,48	531,98	622,21	686,48
2-й день																						
Ежики (тефтели) сиыр етінен	70	80	100	Сиыр еті	4700,00	60	70	85	57	67	79	282,00	329,00	399,50	314,53	374,85	454,16	314,53	374,85	454,16		
				күріш	450,00	5	8	12,0	5	8	12,0	2,25	3,60	5,4								
				пияз	212,00	10	20	28,0	8	18	27,0	2,12	4,24	5,94								
				жұмыртқа	550,00	5	5	5,0	5	5	5,0	2,75	2,75	2,75								
				Бидай ұн 1 сорт	250,00	4,0	5,0	8,0	4,0	5,0	8,0	1,0	1,25	2,00								
				сүт 2,5%	630,00	17	25,0	25	17	25	25	10,71	15,75	15,75								
				Сары май	4560,00	3	4	5	3	4	5	9,13,68	18,24	22,8								
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	0,02	0,02	0,02								
Сүтті соус томатпен	20	20	20	Сүт	630,00	10	10	10	10	10	10	6,30	6,30	6,30	31,59	31,59	31,59	31,59	31,59	31,59		
				1 сортты ұн	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75								
				Сары май	4560,00	4	4	4	4	4	4	18,24	18,24	18,24								
				қызынық пастасы	2100,00	3	3	3	3	3	3	6,30	6,30	6,30								
Шашырап піскен арпа көкөністермен	130	150	180	пияз	212,00	12	15	20	9	12	17	2,54	3,18	4,24	24,31	28,02	33,46	24,31	28,02	33,46		
				сәбіз	230,00	20	24	30	16	19	26	4,6	5,52	6,90								
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02								
				Арпа	430	30	35	40	30	35	40	12,9	15,05	12,20								
				Өсімдік майы	850	5	5	6	5	5	6	4,25	4,25	5,10								

Компот балғын алмадан	200	200	200	Алма балғын	700	143	143	143	100	100	100	100,1	100,1	100,1	104,6	104,6	104,6	104,6	104,6	104,6						
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5										
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50						
															491,53	566,57	651,31									
3-й день																										5,0
Салат фасоль мен қиярдан	60	80	100	Қызыл фасоль	1115,0	15	20	26	15	20	26	16,73	22,3	28,99	36,77	47,84	59,80	36,77	47,84	59,80						
				қияр	800	20,0	25,0	30,0	16	23	27	16,0	20,00	24,00												
				пияз	212	7	10	12	7	10	12	1,48	2,12	2,54												
				Өсімдік майы	850	3	4	5	3	4	5	2,55	3,4	4,25												
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02												
Тауық етінен таяқшалар	70	90	100	Тауық еті	630,00	5,0	6,0	7,0	5,0	6,0	7,0	1,25	3,78	4,41	141,62	175,39	204,58	141,62	175,39	204,58						
				Бидай наны	750,00	4,0	7,0	9,0	4,0	7,0	9,0	2,52	5,25	6,75												
				1 сортты ұн	4560,00	1,0	1,0	2,0	1,0	1,0	2,0	4,56	4,56	9,12												
				жұмыртқа	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02												
				Сүт 2,5%	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03												
				Кепкен нанның ұнтағы	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50												
				Сары май	4560,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	9,12	9,12	9,12												
				Йодталған тұз	350,00	60	70	85	60	70	85	21,00	24,50	29,75												
Соус қаймақпен	20	20	20	Қаймақ	4560,00	4	5	5	4	5	5	18,24	22,80	22,80	51,65	55,15	60,40	51,65	55,15	60,40						

				1 сортты ұн	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02														
				Сары май	1500,00	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	60,00	60,00	60,00														
Бұршақ пюресі	130	150	180	бұршақ	430,00	60,0	70,0	85,0	60,0	70,0	85,0	25,8	30,1	36,55	48,61	57,48	68,49	48,61	57,48	68,49								
				Сары май	4560	5	6	7	60,0	70,0	85,0	22,8	27,36	31,92														
				Йодталған тұз	80	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02														
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон	1500,00	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	60,00	60,00	60,00	126,80	126,80	126,80	126,80	126,80	126,80	126,80							
				Алма	700,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	62,30	62,30	62,30														
				Қант	450,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	4,5	4,5	4,5														
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50								
															401,47	450,02	488,96											
4-й день																												4
Дәруменді салат	60	80	100	қырыққабат	212,00	40	58	28	32	46	55	8,48	12,3	14,42	29,82	40,52	49,52	29,8	40,52	49,5								
				сәбіз	230,00	11	15	19	9	12	15	2,53	3,45	4,37														
				алма	700,00	22	29	36	15	20	25	15,4	20,3	25,2														
				жуа	212,00	4	5	6	3	4	5	0,85	1,06	1,27														
				Өсімдік май	850	3	4	5	3	4	5	2,55	3,4	4,25														
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,022														
Домалақтап жасалған тауық еті	70	80	90	Тауық еті	2200	80	98	105	74	75	98	176	215,6	231	194,41	238,25	261,47	194,41	238,25	261,47								
				пияз	212	6	10	10	5	8	10	1,27	2,12	2,12														
				Кепкен нанның ұнтағы	750	13	15	20	13	15	20	9,75	11,25	15														
				сүт 2,5%	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75														
				Өсімдік май	850	1	1	3	1	1	3	0,85	0,85	2,55														

				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02							
				жұмыртқа	550	5	5	7	5	5	7	2,75	2,75	3,85							
				Сүт 2,5%	630	6	9	11	6	9	11	3,78	5,67	6,93							
Сүтті соус томатпен	20	20	20	Сүт	630,00	10	10	10	10	10	10	6,30	6,30	6,30	31,59	31,59	31,59	31,59	31,59	31,39	
				1 сортты ұн	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75							
				Сары май	4560,00	4	4	4	4	4	4	18,24	18,24	18,24							
				қызынық пастасы	2100,00	3	3	3	3	3	3	6,30	6,30	6,30							
Картөп езбесі	130	150	180	кәртөп	280,00	150	174	207	120	150	170	42	48,72	57,96	92,36	106,16	122,48	92,36	106,16	122,48	
				сүт	630,00	22	26	30	22	26	30	13,86	16,38	18,9							
				Сары май	4560,00	8	9	10	8	9	10	36,48	41,04	45,60							
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	0,02	0,024	0,024							
Какао сүтпен	200	200	200	Какао ұнтағы	4500,00	7	7	7	7	7	7	31,50	31,50	31,50	149,4	149,4	149,4	149,4	149,4	149,4	
				сүт	630,00	180	180	180	180	180	180	113,40	113,40	113,40							
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5							
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	27,50
															484,25	552,89	592,43				862,79
5-й день																					86
Салат сәбізден сыр қосылған	60	80	100	Сәбіз	230,00	70	90	115	55	66	92	16,10	20,70	26,45	101,16	134,96	168,21	101,16	134,96	168,21	
				сыр	5500,00	15	20	25	15	20	25	82,50	110,00	137,50							

				Өсімдік май	850,00	3	5	5	3	5	5	2,55	4,25	4,25									
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01									
Палау сиыр етінен	200	220	250	Сиыр еті	4700	86	94	102	75	80	88	404,2	441,8	479,4	435,26	477,29	518,66	435,26	477,29				
				күріш	450,00	50	55	60	50	55	60	22,5	24,75	27									
				Өсімдік май	850,00	3	4	5	3	4	5	2,55	3,4	4,25									
				сәбіз	230,00	15	18	19	12	15	16	3,45	4,14	4,37									
				жуа	212,00	12	15	17	10	13	15	2,54	3,18	3,6									
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,5	0,2	0,2	0,5	0,02	0,02	0,04									
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60		19,1	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1			
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5										
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50				

Үлгілік перспективалы мектеп мәзірі (жаз-күз 3 апта)

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г			Сумма			Стоимость набора сырья			Стоимость готового блюда		
	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет			7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет	7-10 лет	11-15 лет	16-18 лет
3 неделя																				
1-й день																				

Кесілген қияр мен сәбіз	60	80	100	Сәбіз	230,00	35	46	57	28	38	48	8,05	10,58	13,11	35,25	45,78	56,31	35,25	45,78	56,31	
				Балғын қияр	800,00	34	44	54	32	42	52	27,20	35,20	43,20							
Бұқтырылған тауық еті қаймақ соуста	70	90	100	Тауық еті	2200,00	94	107	115	88	100	108	206,80	235,4	253	242,63	285,06	311,77	242,63	285,06	311,77	
				Сары май	4560,00	4	5	6	4	5	6	18,24	22,8	27,36							
				қаймақ	2103,00	8	10	10	8	10	10	16,82	21,03	21,03							
				Ұн 1 сорт	250,00	3	5	5	3	5	5	0,75	1,25	1,25							
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02							
Шашырап піскен қарақұмық көкөніспен	130	150	180	қарақұмық	450,00	30,0	38,0	45,0	30,0	38,0	45,0	13,50	17,10	20,25	54,14	68,97	83,45	54,14	68,97	83,45	
				сәбіз	230,00	60,0	65,0	70,0	54,0	59,0	66,0	13,80	14,95	16,10							
				пияз	212,00	40	45	50	36	36	46	8,48	9,54	10,60							
				Сары май	4560	4	6	8	4	6	8	18,24	27,36	36,48							
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02							
Компот балғын алмадан мейіз қосылған	200	200	200	Алма балғын	700,00	143	143	143	100	100	100	100,1	54,14	68,97	125,6	125,6	125,6	125,6	125,6	125,6	
				мииз	4200,00	5	5	5	5	5	5	21	21	21							
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5							
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	21,45	35,75	35,75	
															474,02	552,9	604,63				
2-й день																					
Митболы		70	90	100	Сыыр еті	4700,00	80	90	100	75	85	90	360,00	405,00	450,00	388,85	439,50	488,97	388,85	439,50	488,97

				Бидай наны	426,00	12	15	17	7	12	15,0	2,98	5,11	6,39						
				жұмыртқа	212,00	6	8	9	5	5	5,0	2,75	2,75	2,75						
				жуа	550,00	4	6	7	5	10	12,0	1,47	2,52	3,15						
				Өсімдік май	850,00	5	6	7	2,0	3,0	3,0	1,70	2,55	2,55						
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,016	0,016	0,016						
Соус қаймақпен	20	20	20	Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21
				1 сортты ұн	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50						
				Сары май	4560,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	13,68	13,68	13,68						
Асылған макарон көкөніспен	130	150	180	макарон	430,00	40	45	55	40	45	55	17,20	19,35	23,65	41,21	63,71	89,13	41,23	63,71	80,13
				Сары май	4560,00	3	7	11	3	7	11	13,68	31,92	50,16						
				сәбіз	230,00	8	10	12	6	8	10	1,84	2,30	2,76						
				пияз	212,00	7	10	12	5	9	11	1,48	2,12	2,54						
				Тәтті бұрыш	1000,00	7	8	10	5	6	7	7,00	8,00	10,00						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	0,1	0,01	0,02	0,01						
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60		19,1	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5							
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50
														498,32	582,47	656,31				

3 день

3 день																						
Қызылша салаты сыр қосылған	60	80	100	Қызылша	230,00	70	90	115	55	66	92	16,10	20,70	26,45	98,40	105,39	110,68	98,40	105,39	110,68		
				сыр	5500,00	15	20	25	15	20	25	82,50	110,00	137,50								
				Өсімдік май	850,00	3	5	5	3	5	5	2,55	4,25	4,25								
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01								
Гуляш тауықпен	70	90	100	Тауық еті	2200,00	70	85	90	65	77	83	154,00	187,00	198,00	185,13	224,90	242,24	185,13	224,90	242,24		
				Сары май	4560,00	4	5	6	4	5	6	18,24	22,8	27,36								
				ұн	250,00	4	4	4	4	4	4	1,00	1,00	1,00								
				қызынық пастасы	2100,00	3	3	3	3	3	3	6,3	6,3	6,3								
				сәбіз	230,00	15	20	25	12	16	22	3,45	4,60	5,75								
				пияз	212,00	10	15	18	7	11	16	2,12	3,18	3,82								
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02								
Күріш көкөніспен	130	150	180	күріш	450,00	40,0	45,0	50,0	40,0	45,0	50,0	18,00	20,25	22,50	72,54	79,36	82,72	72,54	79,36	82,72		
				Сары май	4560,00	9,0	9,0	9,0	9,0	9,0	9,0	41,04	41,04	41,04								
				сәбіз	230,00	15	19	22	13	15	19	3,45	4,37	5,06								
				пияз	212,00	12	15	17	10	13	15	2,54	3,18	3,6								
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02								
				аскөк	1500,00	5,0	7,0	7,0	4,0	5,0	5,0	7,50	10,50	10,50								

Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон	1500,00	40,0	40,0	40,0	20,0	20,0	20,0	60,00	60,00	60,00	126,8	126,8	126,8	126,8	126,8	126,8
				Алма	700,00	89,0	89,0	89,0	60,0	60,0	60,0	62,30	62,30	62,30						
				Қант	450,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	4,5	4,5	4,5						
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50
															400,97	458,55	479,26			
4-й день																				
Қырыққабат және сәбіз қосылған салаты	60	80	100	қырыққабат	212,00	33	43	50	28	38	48	7	9,12	10,6	17,99	23,47	27,64	17,99	23,47	27,64
				сәбіз	230,00	33	43	50	29	39	47	7,59	9,89	11,5						
				пияз	212,0	4	5	6	4	5	6	0,85	1,06	1,27						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	0,01	0,01	0,02						
				Өсімдік май	850,00	3	4	5	3	4	5	2,55	3,40	4,25						
Балық каштаны	70	90	100	Балық еті	2700,00	55	75	85	38	55	67	147,5	207,5	229,5	159,08	216,14	244,64	159,08	216,14	244,64
				күріш	450,00	3	5	6	3	5	6	1,35	2,70	2,70						
				нан	426,00	9	10	10	9	10	10	3,83	4,26	4,26						
				сүт	630,00	4	5	6	4	5	6	2,52	3,78	3,78						
				пияз	212,00	6	10	12	5	7	9	1,27	2,12	2,54						
				Үн 1 сорт	250,00	3	4	4	3	4	4	0,75	1,00	1,00						
				Өсімдік май	850,00	1	1	1	1	1	1	0,85	0,85	0,85						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,01	0,01	0,01						

Соус қаймақпен	20	20	20	Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21		
				1 сортты ұн	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50								
				Сары май	4560,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	13,68	13,68	13,68								
Бұршақ поресі	130	150	180	бұршақ	430,00	60,0	70,0	85,0	60,0	70,0	85,0	25,8	30,1	36,55	48,6	57,46	68,47	48,6	57,46	68,47		
				Сары май	4560	5	6	7	60,0	70,0	85,0	22,8	27,36	31,92								
				Йодталған тұз	80	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02								
Компот кепкен жеміспен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1		
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5								
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	21,45	35,75	35,75		
															278,49	355,41	394,92					
5-й день																						
Сырне сиыр етінен	200	220	250	Сиыр еті	4700	111	128	138	95	105	115	521,7	601,6	648,60	608,35	699,65	757,68	608,35	699,65	757,68		
				Пияз	212	20	23	23	17	20	20	4,21	4,88	5,51								
				Тәтті бұрыш	1000	20	25	25	16	19	19	20,00	25,00	25,00								
				сәбіз	230	25	25	28	20	21	24	5,75	5,75	6,44								
				картоп	280	80	90	90	60	67	67	22,40	25,20	28,56								
				аскөк	1500	10	10	10	7	7	7	15,00	15,00	15,00								
				Өсімдік май	850	4	5	6	4	5	6	3,40	4,25	5,10								

1-й день																											
Салат сәбізден сыр қосылған	60	80	100	Сәбіз	230,00	70	90	115	55	66	9 2	16,10	20,70	26,45	101,1 6	134,9 6	168,2 1	101,1	134,9 6	168, 21							
				сыр	5500,0 0	15	20	25	15	20	2 5	82,50	110,0 0	137,5 0													
				Өсімдік май	850,00	3	5	5	3	5	5	2,55	4,25	4,25													
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0, 1	0,1	0,1	0,1	0, 1	0,01	0,01	0,01													
Қарақұмық ботқасы көкөніспен	200	220	250	Тауық еті	2200,0 0	86	90	95	80	85	8 9	189,2	198,0	209	226,6 3	239,7 4	253,8 4	226,6 3	239,7 4	253, 8							
				Қарақұмық	450,00	32	35	40	32	35	4 0	14,40	15,75	18,00													
				қырыққабат	212,00	43	45	47	36	38	3 8	9,12	9,54	9,96													
				сәбіз	219,00	23	25	25	19	21	2 1	5,04	5,48	5,48													
				пияз	212,00	10	10	12	8	8	1 0	2,12	2,12	2,54													
				Өсімдік майы	850,00	3	3	3	3	3	3	2,55	2,55	2,55													
				Қызанақ пастасы	2100,0 0	2	3	3	2	3	3	4,20	6,30	6,30													
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0, 2	0,2	0,2	0,2	0, 2	0,02	0,02	0,02													
Напиток Денсаулық	200	200	200	лимон	1500,0 0	40,0	40, 0	40,0	20,0	20, 0	2 0 0	60,00	60,00	60,00	126,8	126,8	126,8	126,8	126,8	126, 8							
				Алма	700,00	89,0	89, 0	89,0	60,0	60, 0	6 0 0	62,30	62,30	62,30													
				Қант	450,00	10,0	10, 0	10,0	10,0	10, 0	1 0 0	4,5	4,5	4,5													

Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,5	27,5	27,5
															369,93	394,04	408,14	559,10	673,39	736,80
2-й день				говядина	4500,00	76	85	95				70	80	90	342,00	382,50	427,50			
Сыр етінен пісірілген қарапайым голубцы	200	220	250	Сары май	4560,00	4	6	8	4	6	8	18,24	27,36	36,48	437,25	503,79	567,92	4370,25	503,79	567,92
				қырыққабат	212,00	160	170	200	112	125	140	33,92	36,04	42,40						
				күріш	450,00	8	10	10	8	10	10	3,60	4,50	4,50						
				Ұн 1 сорт	250,00	3	3	5	3	3	5	0,75	0,75	1,25						
				қаймақ	2103,00	5	10	10	5	10	10	10,52	21,03	21,03						
				пияз	212,00	10	12	12,0	9	11	11,0	2,12	2,54	2,54						
				Қызанақ паста	2100,00	3	3	3,0	3	3	3,0	6,30	6,30	6,30						
				сәбіз	230,00	20,0	25,0	30,0	17,00	20,0	25,0	4,6	5,75	6,90						
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02						
Соус қаймақпен	20	20	20	Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	35,21	
1 сортты ұн	250,00	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	0,50	0,50	0,50										
Сары май	4560,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	3,0	13,68	13,68	13,68										
Қаймақ	2103,00	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	10,0	21,03	21,03	21,03										
	200	200	200	Алма балғын	700,00	143	143	100	100	100	100,1	54,14	68,97	125,6	125,6	125,6	125,60	125,60	125,60	

Компот балғын алмадан мейіз қосылған				миіз	4200,00	5	5	5	5	5	5	21	21	21									
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5									
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	16,5	27,5	27,5			
															614,56	692,1	756,22						
3-й день				фасоль красная	900,00	15																26	15
Салат қияр мен фасоль қосылған	60	80	100	Қызыл фасоль	1115,0	15	20	26	15	20	26	16,73	22,3	28,99	36,77	47,84	59,80	43,31	56,18	69,97			
				қияр	800	20,0	25,0	30,0	16	23	27	16,0	20,00	24,00									
				пияз	212	7	10	12	7	10	12	1,48	2,12	2,54									
				Өсімдік майы	850	3	4	5	3	4	5	2,55	3,4	4,25									
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02									
Тауық еті көкөніспен	70	90	100	Тауық еті	2200,00	76	80	80	70	75	75	167,20	176,0	176,0	199,54	209,66	210,55	248,03	263,41	249,31			
				сәбіз	230,00	20	23	25	16	19	20	4,60	5,29	5,75									
				пияз	212,00	15	18	20	12	15	17	3,18	3,82	4,24									
				Сары май	4560,00	4	4	4	4	4	4	18,24	18,24	18,24									

				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	0,02	0,02	0,02										
				Томат пастасы	2100,00	3	3	3	3	3	3	6,3	6,3	6,3										
Асылған макарон	130	150	180	Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,3	0,1	0,2	0,3	0,01	0,02	0,02	47,59	55,16	64,02	105,13	130,51	172,14				
				макарон	430	47	54	64	47	54	64	20,21	23,22	27,52										
				Сары май	4560,00	6	7	8	6	7	8	27,36	31,92	36,48										
Компот кепкен жемістен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1	19,1				
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5										
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	21,45	35,75	35,75				
Алма	150	150	150	Алма	700,00	150	150	150	150	150	150	105,0	105,0	105,0	105,0	105,0	105,0	105,0	105,0	105,0				
				387,72	416,42	426,1																		
4-й день								Говядина	450,00	60	70	85	57	67	79	282,00	329,00	399,5	314,53	374,85	456,41	258,47	277,49	287,85
Сыр етінен Ежик	70	90	100	Сыр еті	4700,00	60	70	85	57	67	79	282,00	329,00	399,5	314,53	374,85	456,41	258,47	277,49	287,85				
				күріш	450,00	5	8	12,0	5	8	12,0	2,25	3,60	5,4										
				пияз	212,00	10	20	28,0	8	18	27,0	2,12	4,24	5,94										
				жұмыртқа	550,00	5	5	5,0	5	5	5,0	2,75	2,75	2,75										

				Бидай ұн I сорт	250,00	4,0	5,0	8,0	4,0	5,0	8,0	1,0	1,25	2,00						
				сүт 2,5%	630,00	17	25,0	25	17	25	25	10,71	15,75	15,75						
				Сары май	4560,0 0	3	4	5	3	4	5	9,13,68	18,24	22,8						
Сүтті соус томатпен	20	20	20	Сүт	630,00	10	10	10	10	10	10	6,30	6,30	6,30	31,59	31,59	31,59	33 ,9 7	33 ,9 7	33,9 7
				I сортты ұн	250,00	3	3	3	3	3	3	0,75	0,75	0,75						
				Сары май	4560,0 0	4	4	4	4	4	4	18,24	18,24	18,24						
				қызынық пастасы	2100,0 0	3	3	3	3	3	3	6,30	6,30	6,30						
Картоп пен сәбіз қосылған пюре	130	150	180	сәбіз	230,00	55	75	90	48	57	63	12,65	17,25	12,65	102,3 6	118,94	138,08	14 7, 61	13 4, 57	147, 61
				сүт	630,00	15	25	40	15	25	40	9,45	15,75	25,2						
				Сары май	4560,0 0	9	10	11	9	10	11	41,06	45,6	50,16						
				Йодталған тұз	80,00	0,2	0,2	0,3	0,2	0,3	0,3	0,02	0,02	0,02						
Какао сүтпен	200	200	200	Какао ұнтағы	4500,0 0	7	7	7	7	7	7	31,50	31,50	31,50	149,4	149,4	149,4	19 0, 13	19 0, 13	190, 13
				сүт	630,00	180	180	180	180	180	180	113,40	113,40	113,4 0						
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5						
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	21 ,4 5	35 ,7 5	35,7 5
															614,3 7	702,29	802,98	65 1, 63	67 1, 91	695, 31
5-й день				говядины	4500,0 0	50	55	60	47	30	56	247,50	247,5 0	270,00						

Нан салма	200	220	250	Пияз	202,00	6	7	8	4	5	6	1,27	1,48	1,70	318,32	357,26	394,7	428,05	443,92	485,0	
				Тәтті бұрыш	1000,00	10	12	14	7	10	11	10,00	12,00	14,00							
				сәбіз	230,00	12	14	16	9	11	13	2,76	3,22	3,68							
				картоп	280,00	18	20	22	15	15	16	5,04	5,60	6,16							
				Қызанақ	800,00	26	26	31	20	21	26	20,80	20,80	24,80							
				Аскөк	1500,00	2	3	3	1	2	2	3,00	4,50	4,50							
				Өсімдік майы	850,00	5	8	8	5	8	8	4,25	6,80	6,80							
				Сары май	4560,00	3	4	5	3	4	5	13,68	18,24	22,8							
				макарон	430,00	52	60	65	52	60	65	22,36	25,80	27,95							
				Йодталған тұз	80,00	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,01	0,02	0,02							
				Лавр жапырағы	7440,00	0,02	0,04	0,04	0,02	0,04	0,04	0,15	0,30	0,30							
Сиыр еті	4700,00	50	55	60	30	47	56	235	258,5	282											
Компот кепкен жемістен	200	200	200	Кепкен жеміс	730,00	20	20	20	20	20	20	14,60	14,60	14,60						18,14	18,14
				қант	450,00	10	10	10	10	10	10	4,5	4,5	4,5	19,1	19,1	19,1	18,14			
Бидай наны/Қара бидай наны	30	50	50	Бидай наны/Қара бидай наны	550,00	30	50	50	30	50	50	16,50	27,50	27,50	16,50	27,50	27,50	Бидай наны/Қара бидай наны	35,75	35,75	
															353,92	403,96	441,30	467,63	497,80	539,0	

