

«КЕЛІСІЛДІ»:

Қамқоршылық кеңесінің төрағасы

Жусуппаева М.Б.

« 30 » 11 2023 ж

«БЕКІТІЛДІ»

Мектеп басшысының м.а.

Ашенова А.С.

« 30 » 11 2023 ж

«Абай» ЖОББМ» КММ екі апталық ас мәзірі

Қыс – көктем

2023 – 2024 оқу жылы

Двухнедельное меню КГУ «Абайская СОШ»

зима - весна

на 2023 – 2024 учебный год

Меню зима-весна 2023-2024

1 неделя, 1 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из морковки с маслом	60	95	Морковь	85	155	13	95	155	15
			Масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
рисовый суп	200	300	рис	10	450	4,5	15	450	6,75
			картофель	60	160	9,6	80	160	12,8
			морковь	10	150	1,5	15	150	2,25
			лук репчатый	10	230	2,3	15	230	3,45
			масло растительное	5	900	4,5	7	900	6,3
			говядина	30	2400	72	55	2400	132
котлета мясная	70	80	говядина	90	2700	243	100	2700	270
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
гарнир макароны	100	170	макароны	80	450	36	120	450	54
			масло сливочное	8	2550	20,4	13	2550	33,15
мед пчелинный	10	10	мед пчелинный	15	3000	45	15	3000	45
яблоко	200	200	яблоко	200	850	170	200	850	170
сок натуральный	200	200	сок натуральный	550	110	61	550	33,275	18
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
				703,325			794		

1 неделя, 2 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из свеклы с изюмом	60	100	свекла	80	225	18	120	225	27
			масло растительное	4	850	3,4	5	850	4,25
			изюм	10	1400		10	1400	14
рассольник	200	300	крупа перловая	10	220	2,2	25	220	5,5
			картофель	60	180	10,8	120	180	21,6
			лук репчатый	20	230	4,6	35	230	8,05
			масло растительное	5	900	4,5	7	900	6,3
			огурцы соленые	25	800	20	35	800	28

			морковь	20	155	3,1	35	155	5
			томатная паста	5	1400	7	7	1400	9,8
			говядина	31	2300	71,3	45	2300	103,5
			сметана	10	2500	25	25	2500	62,5
гречка отварная	100	170	гречка	70	280	19,6	150	280	42
			масло сливочное	8	2550	20,4	10	2550	25,5
тефтеля в томатном соусе	70	80	фарш	100	2800	280	100	2800	280
			рис	12	600	7,2	12	600	7,2
			томатная паста	7	1400	9,8	7	1400	9,8
			лук репчатый	20	230	4,6	20	230	4,6
чай сладкий с лимоном	200	200	чай	2	3610	7,22	2	3610	7,22
			лимон	20	1600	32	20	1600	32
			сахар	15	560	8,4	15	560	8,4
мед пчелинный	10	10	мед пчелинный	15	3000	45	15	3000	45
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
				606,42			762,245		

1 неделя, 3-ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
салат из капусты и моркови с маслом	80	100	капуста	60	180	10,8	90	180	16,2
			морковь	20	155	3,1	30	155	4,65
			масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
суп с фрикаделькам и	200	300	картофель	60	180	10,8	85	180	15,3
			морковь	10	155	1,55	20	155	3,1
			лук репчатый	10	230	2,3	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			говядина	30	2400	72	45	2400	108
жаренная рыба в томатном соусе	80	100	рыба	130	1450	252	150	1450	217,5
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
гарнир картофельное пюре	150	250	картофель	220	180	38,6	250	200	50
			молоко	40	530	21,2	50	530	26,5
			масло сливочное	10	2550	17,85	10	2550	25,5
сок натуральный	200	200	сок	200	550	110	200	550	110
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	7,02	40	115	4,6
				570,27			611,95		

1 неделя, 4-ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из свеклы с маслом	60	100	свекла	80	225	18	120	225	27
			масло растительное	4	850	3,4	5	850	4,25
суп гречневый	200	300	гречка	10	525	5,25	20	525	10,5
			картофель	60	180	10,8	85	180	15,3
			морковь	10	155	1,55	20	155	3,1
			лук репчатый	10	230	2,3	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			говядина	30	2400	72	45	2400	108
тефтеля в томатном соусе	70	80	фарш	90	2800	252	100	2800	280
			рис	10	600	6	12	600	7,2
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
гарнир рис	100	170	рис	70	600	42	150	600	90
			масло сливочное	7	2550	17,85	9	2550	22,95
Яблоко	200	200	яблоко	200	850	170	200	850	170
кисель	200	200	кисель	30	680	20,4	35	680	23,8
			сахар	15	530	7,95	15	530	7,95
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	7,02	40	115	4,6
				651,47			796,25		

1 неделя, 5-ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
салат морковно-яблочный	60	100	яблоко	30	850	25,5	30	850	25,5
			морковь	20	155	3,1	30	155	4,65
			масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
борщ	200	300	капуста	65	180	11,7	80	180	14,4
			томатная паста	4	1400	5,6	6	1400	8,4
			морковь	15	155	2,325	25	155	3,875
			лук репчатый	15	230	3,45	25	230	5,75
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4

			говядина	45	2500	112,5	65	2500	162,5
			картофель	55	180	9,9	75	180	13,5
			свекла	40	225	9	60	225	13,5
			сметана	10	1500	15	20	1500	30
котлета мясная в томатном соусе	70	80	говядина	90	2700	243	100	2700	270
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
вермишель отварная с маслом	100	150	вермишель	80	450	36	100	450	45
			масло сливочное	8	2550	20,4	10	2550	25,5
творог	100	100	творог	100	2500	250	100	2500	250
компот из сухофруктов	200	200	сахар	15	530	7,95	15	530	7,95
			сухофрукты	200	800	160	200	15	160
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	7,02	40	115	4,6
				945,495			1071,125		

Меню зима-весна 2023-2024 г

2 неделя, 1 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из морковки с маслом растительным	60	95	Морковь	85	155	13,175	95	155	14,725
			Масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
лапша домашнему	200	300	лапша	10	525	5,25	20	525	10,5
			лук репчатый	10	230	2,3	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			говядина	30	2700	81	45	2700	121,5
тефтеля	70	80	фарш	90	2800	252	100	2800	280
			рис	10	600	6	12	600	7,2
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
гарнир :перловка отварная с маслом	100	170	крупа пеловая	80	450	36	120	450	54
			масло сливочное	8	2550	20,4	13	2550	33,15
мед пчелинный	10	10	мед пчелинный	15	3000	45	15	3000	45
чай сладкий с лимоном	200	200	чай	3	3610	10,83	3	3610	10,83
			лимон	20	1600	32	20	1600	32
			сахар	15	530	7,95	15	530	7,95
яблоко	200	200	яблоко	200	850	170	200	850	170
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
						695,755			
							810,56		

2 неделя, 2 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из морковки с маслом	70	100	Морковь	70	155	10,85	100	155	15,5
			Масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
суп вермишелевый	200	300	картофель	150	180	27	150	180	27
			вермишель	30	450	13,5	30	450	13,5
			морковь	10	155	1,55	20	155	3,1
			лук репчатый	10	230	2,3	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			бульон	200		0	250		0

котлета мясная в томатном соусе	70	80	говядина	30	2400	72	45	2400	108
			говядина	90	2700	243	100	2700	270
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
гарнир картофельное пюре	150	250	картофель	220	180	38,6	250	200	50
			молоко	40	530	21,2	50	530	26,5
			масло сливочное	7	2550	17,85	9	2550	22,95
кисель	200		кисель	30	680	20,4	35	680	23,8
			сахар	15	530	7,95	15	530	7,95
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	351	7,02	40	351	14,04
						506,27	612,94		

2 неделя, 3 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
салат витаминный с маслом растительным	80	130	яблоки	30	850	25,5	50	850	42,5
			морковь	20	155	3,1	35	155	5,425
			капуста	30	180	5,4	60	180	10,8
			масло растительное	4	900	3,6	6	900	5,4
суп с фрикадельками	200	300	картофель	60	180	10,8	85	180	15,3
			морковь	10	155	1,55	20	155	3,1
			лук репчатый	10	230	2,3	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			говядина	30	2700	81	45	2700	121,5
жаренная рыба в томатном соусе	80	100	рыба	130	1450	252	150	1450	217,5
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
вермишель отварная с маслом	100	170	вермишель	80	450	36	120	450	54
			масло сливочное	8	2550	20,4	13	2550	33,15
мед пчелинный	10	10	мед пчелинный	15	3000	45	15	3000	45
компот из сухофруктов	200	200	сахар	15	530	7,95	15	530	7,95
			сухофрукты	20	800	16	20	15	0,3
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
						532,35	592,63		

2 неделя, 4 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
Салат из			свекла	80	225	18	120	225	27

свеклы с маслом растительным	60	100	масло растительное	4	850	3,4	5	850	4,25
суп гороховый	200	300	горох	40	300	12	80	300	24
			морковь	15	155	2,25	25	155	3,75
			лук репчатый	15	230	0,45	25	230	5,75
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			мясо говядина	45	2700	58,5	65	2700	84,5
			картофель	55	180	9,9	75	180	13,5
гречка отварная	150	250	крупа гречневая	85	433	36,805	120	433	51,96
			масло сливочное	8	2550	20,4	10	2550	25,5
тефтеля в томатном соусе	70	80	фарш	90	2800	252	100	2800	280
			рис	10	600	6	12	600	7,2
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
Яблоко	200	200	яблоко	200	850	170	200	850	170
кисель	200		кисель	30	680	20,4	35	680	23,8
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
								627,355	742,81

2 неделя, 5 –ый день

Меню	6-11 лет	11-18 лет	Ингредиенты	6-11 лет			11-18 лет		
	Выход/гр			Кол-во	цена	сумма	Кол-во	цена	сумма
салат из капусты и моркови с маслом	80	100	яблоко	60	680	40,8	90	680	61,2
			морковь	20	155	3,1	30	155	4,65
			масло растительное	4	900	3,6	5	900	4,5
щи со сметаной	200	300	капуста	65	180	11,7	80	180	14,4
			морковь	15	155	2,325	25	155	3,875
			лук репчатый	15	230	3,45	25	230	5,75
			масло растительное	5	900	4,5	6	900	5,4
			говядина	45	2400	108	65	2400	156
			картофель	55	180	9,9	75	180	13,5
			сметана	10	1500	15	20	1500	30
котлета мясная в томатном соусе	70	80	говядина	90	2700	243	100	2700	270
			томатная паста	5	1400	7	5	1400	7
			лук репчатый	15	230	3,45	20	230	4,6
			масло растительное	5	900	4,5	5	900	4,5
			картофель	220	180	39,6	250	200	50

гарнир картофельное пюре	150	250	молоко	40	530	21,2	50	530	26,5
			масло сливочное	7	2550	17,85	9	2550	22,95
творог	100	100	творог	100	2500	250	100	2500	250
чай с лимоном	200	200	чай	2	3610	7,22	2	3610	7,22
			лимон	20	1600	32	20	1600	32
			сахар	15	560	8,4	15	560	8,4
хлеб пшеничный	20	40	хлеб пшеничный	20	115	2,3	40	115	4,6
								839	987,0