

Қарағанды облысы білім басқармасының Теміртау қаласы білім бөлімінің  
«№9 лицейі» КММ

ҚАРАСТЫРЫЛДЫ:  
«Қамқоршылық кеңесі»  
отырысы  
Хаттама №4  
«06» 01 2025ж.

БЕКІТІЛДІ  
Теміртау қаласы ББ  
«№9 лицейі» КММ  
директоры Ш.М. Ескендірова  
«06» 01 2025ж.



**Оқушылардың ыстық тамақпен қамтылуындағы қыс-көктем мерзіміндегі  
ас мәзірі**

**«Қамқоршылық кеңес» мүшелері**

1. Кеңес төрайымы – Жағсаал М
2. Мүше – Аднаева Г.Ж
3. Мүше – Накупова О.Р
4. Мүше – Балгабаев Б.Т
5. Мүше – Шамшиев О.М

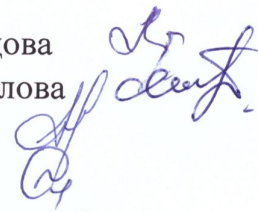
**Қатысушылар:**

Директордың ҚТЖ орынбасары М.Т Асадова

Директордың ТЖ орынбасары У.У Азимкулова

Әлеуметтік педагог Г.А Досмуратова

Медбике А.С Кошанова



ПЕРСПЕКТИВНОЕ

ежедневное двухдневное (рекомендуемое) меню для организации питания учащихся начальных и 5-11 классов из социально-уязвимых слоев населения в общеобразовательных школах на 2025 год

весна

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Цена	Брутто, г			Нетто, г		
	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
Завтрак											
1-й день											
Завтрак молочная "Дружба" со сливочным маслом	150\10	200\10	200\10	крупя пшенно	391,00	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030
				крупя рисовая	694,00	0,008	0,015	0,015	0,008	0,015	
				молоко 2,5%	421,00	0,076	0,100	0,100	0,076	0,103	
				мед	3000,00	0,004	0,004	0,004	0,005	0,005	
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	
Завтрак с маслом	20\10	35\10	40\15	масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	
				хлеб ржаной\пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,045	0,020	0,035	
Завтрак яблоко	120	120	120	яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	
				чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	
Завтрак с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5	молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,020	0,020	
				сахар	387,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	
2 день											
Завтрак салат овощной	60	100	100	картофель	220,00	0,025	0,042	0,042	0,019	0,031	
				масло растительное	634,00	0,006	0,01	0,01	0,006	0,010	
				свекла	239,00	0,023	0,038	0,038	0,022	0,036	
				капуста свежая	119,00	0,013	0,021	0,021	0,009	0,015	
				огурцы соленые	650,00	0,011	0,018	0,018	0,010	0,016	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	
Завтрак из птицы	180	250	250	курица(филе )	2100,00	0,105	0,143	0,143	0,100	0,140	
				масло растительное	634,00	0,008	0,015	0,015	0,008	0,015	
				крупя рисовая	694,00	0,035	0,070	0,070	0,035	0,070	
				морковь	160,00	0,010	0,019	0,019	0,008	0,015	
				лук репчатый	97,00	0,009	0,018	0,018	0,008	0,015	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	
Завтрак из плодов	200	200	200	яблоко	580,00	0,028	0,028	0,028	0,024	0,024	
				сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	
				крахмал картофельный	1500,00	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009	
Завтрак ржаной\пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной\пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	
3-й день											
Завтрак блины мясные (духовые)	80	100	100	говядина (котлетное мясо)	2716,00	0,069	0,086	0,086	0,050	0,063	
				крупя рисовая	694,00	0,007	0,008	0,008	0,007	0,008	
				лук репчатый	97,00	0,028	0,035	0,035	0,024	0,030	
				масло растительное	634,00	0,004	0,005	0,005	0,004	0,005	
				мука пшеничная 1сорт	166,00	0,005	0,007	0,007	0,005	0,007	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	
Завтрак красный основной	20	20	20	масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	
				мука пшеничная 1сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	
				лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	
				макаронь\отварные с маслом сливочным	549,00	0,035	0,053	0,053	0,035	0,053	
Завтрак суп из смеси сухофруктов	100/10	150\10	150/10	масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	
				сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	
				кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	
Завтрак ржаной\пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной\пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	
4-й день											
Завтрак блины рыбные (духовые)	80	100	100	минтай	1900,00	0,066	0,089	0,089	0,048	0,065	
				хлеб пшеничный из муки 1 сорта	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,018	
				молоко 2,5%	421,00	0,019	0,025	0,025	0,019	0,025	
				сухари	600,00	0,007	0,010	0,010	0,007	0,010	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	
Завтрак красный основной	20	20	20	мука пшеничная 1сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	
				лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	
				картофель	220,00	0,117	0,180	0,180	0,088	0,135	
				молоко 2,5%	421,00	0,016	0,024	0,024	0,015	0,023	
Завтрак суп с сливочное	100	150	150	соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	
				яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	
Завтрак суп с сахаром	120	120	120	чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	
				сахар	387,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	
				хлеб ржаной\пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	
Завтрак ржаной\пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной\пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	
5-й день											
Завтрак суп с сахаром	200/5	200/5	200/5	свекла	239,00	0,040	0,050	0,050	0,032	0,040	
				капуста свежая	119,00	0,020	0,025	0,025	0,016	0,020	

с капустой и картофелем	200	250	250	картофель	220,00	0,021	0,027	0,027	0,016	0,020	0,020
				морковь	160,00	0,010	0,013	0,013	0,008	0,010	0,010
				лук репчатый	97,00	0,010	0,012	0,012	0,008	0,010	0,010
				томатное пюре	1200,00	0,006	0,008	0,008	0,006	0,008	0,008
				масло растительное	634,00	0,004	0,005	0,005	0,004	0,005	0,005
				сахар	387,00	0,002	0,003	0,003	0,002	0,003	0,003
				мясо говядина	2716,00	0,045	0,045	0,045	0,032	0,032	0,032
				сметана 10%	1804,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				соль йодированная	83,00	0,000	0,000	0,0001	0,000	0,000	0,000
				мука пшеничная высшего сорта	320,00	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030
магнитообъемная с сыром	50	50	50	мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	320,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				сахар	387,00	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004
				масло сливочное	4743,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				яйцо (II категории)	507,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				молоко 2,5%	421,00	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009
				сыр твердый	5221,00	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013
				дрожжи прессованные	5895,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				соль йодированная	83,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				ванилин	5000,00	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003
				яйцо (для смазки II категории)	507,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
яблоко	200	200	200	яблоко	580,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007
				кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
Б ржаной пшеничный	20	35	40	хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
исходя											
1-й день											
олоочная рисовая со сливочным маслом	150\10	200\10	200\10	крупа рисовая	694,00	0,023	0,031	0,031	0,023	0,031	0,031
				молоко 2,5%	421,00	0,132	0,176	0,176	0,132	0,176	0,176
				мед	3000,00	0,005	0,015	0,015	0,005	0,015	0,015
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
				чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
с молоком и сахаром	200/20/5	200/20/5	200/20/5	молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,02	0,02	0,02
				сахар	387,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120
терброд с сыром	20\10	35\10	40\15	сыр твердый	5221,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
				хлеб	385,00	0,020	0,035	0,045	0,020	0,035	0,045
2-й день											
лат из белокачанной капусты, горошки	60	100	100	белокачанная капуста	119,00	0,044	0,063	0,063	0,035	0,050	0,050
				морковь	160,00	0,011	0,031	0,031	0,010	0,030	0,030
				укроп	2000,00	0,003	0,003	0,003	0,004	0,004	0,004
				сахар	387,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				масло растительное	634,00	0,006	0,010	0,010	0,006	0,010	0,010
плеты мясные(духовые)	80	100	100	говядина (котлетное мясо )	2716,00	0,077	0,102	0,102	0,056	0,095	0,095
				сорта	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,023	0,023
				лук репчатый	97,00	0,006	0,009	0,009	0,005	0,010	0,010
				молоко 2,5%	421,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,023	0,023
				сухари	600,00	0,008	0,01	0,01	0,008	0,012	0,012
				масло растительное	634,00	0,005	0,006	0,006	0,005	0,007	0,007
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004
				мука пшеничная I сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
красный основной	20	20	20	морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016
				лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	0,0004
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				картофель	220,00	0,117	0,180	0,180	0,088	0,135	0,135
				молоко 2,5%	421,00	0,016	0,024	0,024	0,015	0,023	0,023
риф: картофельное пюре масло сливочное	100	150	150	соль йодированная	83,00	0,0001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010
				сухофрукты	1500,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007
млот из смеси сухофруктов	200	200	200	кислота лимонная	1400,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
3-й день											
вш (говядина)	80	100	100	говядина (лопаточно-грудная часть)	2716,00	0,162	0,216	0,215	0,119	0,159	0,159
				морковь	160,00	0,010	0,015	0,015	0,008	0,012	0,012
				лук репчатый	97,00	0,007	0,01	0,01	0,006	0,008	0,008
				масло растительное	634,00	0,007	0,01	0,01	0,007	0,01	0,01
				томатная паста	1200,00	0,008	0,010	0,010	0,008	0,010	0,010
				мука пшеничная I сорт	166,00	0,005	0,006	0,006	0,005	0,006	0,006
				соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				масло сливочное	4743,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
миф: гречневая рассыпчатая	100	150	150	гречка	383,00	0,048	0,071	0,071	0,048	0,071	0,071
				соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				яблоко	580,00	0,028	0,028	0,028	0,024	0,024	0,024
ель из плодов	200	200	200	сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007
				крахмал картофельный	1500,00	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009
				хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
4-й день											
				минтай	1900,00	0,066	0,089	0,089	0,048	0,065	0,065

рыбные (дрожжевые)	80	100	100	хлеб пшеничный из муки I сорта	173,00	0,014	0,018	0,018	0,014	0,018	0,018
				молоко 2,5%	421,00	0,019	0,025	0,025	0,019	0,025	0,025
				сахари	600,00	0,007	0,010	0,010	0,007	0,010	0,010
				соль йодированная	83,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				масло растительное	634,00	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004	0,0004
				мука пшеничная I сорт	166,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				томатное пюре	1200,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				морковь	160,00	0,002	0,002	0,002	0,0016	0,0016	0,0016
				лук репчатый	97,00	0,0005	0,0005	0,0005	0,0004	0,0004	0,0004
				сахар	387,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				макаронны	549,00	0,035	0,053	0,053	0,035	0,053	0,053
				масло сливочное	4743,00	0,010	0,015	0,015	0,010	0,015	0,015
				соль йодированная	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				яблоко	580,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007
				кислота лимонная	1440,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040
5-й день											
				курица (филе )	2100,00	0,035	0,035	0,035	0,030	0,030	0,030
				лапша	557,00	0,016	0,020	0,020	0,016	0,020	0,020
				морковь	160,00	0,010	0,013	0,013	0,008	0,010	0,010
				лук репчатый	97,00	0,009	0,012	0,012	0,008	0,010	0,010
				масло растительное	634,00	0,002	0,003	0,003	0,002	0,003	0,003
				соль йодированная /	83,00	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
				мука пшеничная высшего сорта	320,00	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030	0,030
				мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	320,00	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
				сахар	387,00	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004
				масло сливочное	4743,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				яйцо (II категорий)	507,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				молоко 2,5%	421,00	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009	0,009
				творог	2353,00	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013
				дрожжи прессованные	5895,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				соль йодированная	83,00	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003	0,0003
				ванилин	5000,00	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003	0,00003
				яйцо (для смазки II категорий)	507,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				чай высшего сорта	5664,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
				молоко 2,5%	421,00	0,021	0,021	0,021	0,020	0,020	0,020
				сахар	387,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005
				яблоко	580,00	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120	0,120
				хлеб ржаной-пшеничный	385,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040

Немірленді 4 (мерім)  
Тігілді (мерім)

бет  
бет



Директор  
Есендірова Ш.М.