Жаз-күз 1																				
Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 апта																				
1-і күн																				
жүгері ботқасы	200	220	250	жүгері	215.00	40	44	50	40	44	50	8.60	9.46	10.75	116.15	127.77	145.19	174.23	191.65	217.78
				сүт	644.00	95	105	119	95	105	119	61.31	67.44	76.64						
				су	0.00	52	57	65	52	57	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.36	0.40	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Каркаде шайы	200	200	200	каркаде	3623.00	0.1	0.1	0.1	50	50	50	0.36	0.36	0.36	1.71	1.71	1.71	2.57	2.57	2.57
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
алма/ маусым бойынша жемістер	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															267.14	288.88	306.30	400.71	433.32	459.45
2-і күн																				
Дәруменді салат	60	97	100	ақбас қырыққабат	191.00	49	63	70	35	45	50	9.36	12.03	13.37	38.29	48.63	54.03	57.43	72.94	81.04
				сәбіз	307.00	21	27	30.0	16	21	23.0	6.45	8.29	9.21						
				жас алма	894.00	21	27	30.0	15	19	21.0	18.77	24.14	26.82						
				өсімдік майы	924.00	4.0	4.5	5.0	4.0	4.5	5.0	3.70	4.16	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сиыр етінен котлеттер	70	90	100	сиыр еті	5547.00	87	90	100	75	85	90	482.59	499.23	554.70	489.94	509.57	566.28	734.91	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.2	49.2	49.2
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Қайнатылған макарон	130	150	180	макарон	494.00	46	53	63	46	53	63	22.48	25.94	31.12	51.16	54.62	59.82	76.7	81.9	89.7
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.01	0.02	0.03						
				сары май	5734.00	5	5	5	5	5	5	28.67	28.67	28.67						
Қант қосылған кептірілген жеміс компоты	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															644.7	688.25	755.56	967.03	1032.37	1133.34

3-і күн																			
Көкөністер қосылған тауықтың төс еті	70	90	100	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	239.21	271.22	281.76	358.82	406.83	422.65
				сәбіз	307.00	20	23	25	16	19	20	6.14	7.06	7.68						
				пияз	212.00	15	18	20	12	15	17	3.18	3.82	4.24						
				томат пастасы	1090.00	3	3	3	3	3	3	3.27	3.27	3.27						
				тәтті бұрыш	1350.00	20	23	25	17	19	20	27.00	31.05	33.75						
				сары май	5734.00	3	3	0	3	3	3	17.20	17.20	0.00						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
Шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	54.0	63.0	75.0	54.0	63.0	75.0	24.73	28.85	34.35	41.95	57.54	74.51	62.93	86.32	111.76
				сары май	5734.00	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	100	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.8	38.0	38.0
															409.86	467.57	495.08	614.78	701.36	742.62
4-і күн																				
Балық домалатпалары	70	90	100	минтай балығының сүбесі	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүт-қызанақ тұздығы	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	30.26	30.26	30.26	45.39	45.39	45.39
				1 сұрыпты ұн	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	2000.00	3	3	3	3	3	3	6.00	6.00	6.00						
Картоп-сәбіз езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Алма/маусымдық жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қант пен лимон қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															480.80	507.48	535.41	721.20	761.22	803.11

5-і күн																			
Ет қосылған борщ	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	309.44	400.28	485.98	464.16	600.42	728.97
				қызылша	190.00	40	50	60	32	40	48	7.60	9.50	11.40						
				ақбас қырыққабат	191.00	20	25	30	16	20	24	3.82	4.78	5.73						
				картоп	303.00	21	26	32	16	20	24	6.36	7.88	9.70						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				томат пастасы	1090.00	6	7	8	6	7	8	6.54	7.63	8.72						
				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
ірімшік қосылған бутербродты тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	109.36	109.36	109.36	164.04	164.04	164.04
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				қатты ірімшік	5976.00	13	13	13	13	13	13	77.69	77.69	77.69						
				баспаланған ашытқы	5895.00	1	1	1	0	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															488.97	589.93	675.63	733.46	884.90	1013.44

Жаз-күз 2

Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
2 апта																				
1-і күн																				
Сұлы ботқасы	200	220	250	сұлы жармасы	210.00	44	48	55	44	48	55	9.24	10.16	11.55	119.97	131.97	145.99	179.96	197.95	218.98
				сүт	644.00	100	110	119	100	110	119	64.40	70.84	76.64						
				су	0.00	55	61	65	55	61	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.45	0.50	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0	0.1	0.1	0	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															382.76	404.88	418.90	574.14	607.32	628.35
2-і күн																				
Сиыр етінен биточкалар	70	90	100	сиыр еті	5547.00	97	90	100	75	85	90	538.06	499.23	554.70	545.41	509.57	566.28	818.11	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Көкөністер қосылған шашпа күріш	130	150	180	күріш жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	49.38	66.05	82.26	74.07	99.07	123.39
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Қант қосылған кептірілген жеміс	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															660.10	651.05	723.96	990.15	976.57	1085.95
3-і күн																				
Ірімшік қосылған сәбіз салаты	60	97	100	сәбіз	307.00	70	90	115	55	66	92	21.49	27.63	35.31	66.10	92.02	129.57	99.16	138.03	194.36
				жартылай қатты ірімшік	5976.00	7	10	15	7	10	15	41.83	59.76	89.64						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						

				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Құс етінен жасалған үй қуырдағы	200	220	250	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	250.96	276.80	300.80	376.44	415.19	451.19
				пияз	212	20	23	23	17	20	20	4.24	4.88	4.88						
				сәбіз	307	25	25	25	20	21	21	7.68	7.68	7.68						
				картоп	303	97	90	90	60	67	67	29.39	27.27	27.27						
				аскөк	1900	10	10	10	7	7	7.0	19.00	19.00	19.00						
				өсімдік майы	924	4	5	5	4	5	5	3.70	4.62	4.62						
				йодталған тұз	97	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				лавр жапырағы	3623	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.04	0.04	0.04						
				сарымсақ	900	5	5	5	3	3	3	4.50	4.50	4.50						
Каркаде шайы	200	200	200	каркаде	3623.00	0.1	0.1	0.1	50	50	50	0.36	0.36	0.36	1.71	1.71	1.71	2.57	2.57	2.57
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															333.95	395.83	457.38	500.93	593.74	686.08
4-і күн																				
Балық котлеттері	70	90	100	минтай балығының сүбе	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүт-қызанақ тұздығы	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	27.53	27.53	27.53	41.30	41.30	41.30
				1 сұрыпты ұн	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	1090.00	3	3	3	3	3	3	3.27	3.27	3.27						
Қайнатылған макарон	130	150	180	макарон	494.00	46	53	63	46	53	63	22.48	25.94	31.12	51.16	54.62	59.82	76.7	81.9	89.7
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.01	0.02	0.03						
				сары май	5734.00	5	5	5	5	5	5	28.67	28.67	28.67						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															328.47	348.05	368.30	492.70	522.07	552.44
5-і күн																				
Ақбас қырыққабат пен алма салаты	60	90	100	ақбас қырыққабат	191.00	49	63	70	35	45	50	9.36	12.03	13.37	38.29	48.63	54.03	57.43	72.94	81.04
				сәбіз	307.00	21	27	30.0	16	21	23.0	6.45	8.29	9.21						
				жас алма	894.00	21	27	30.0	15	19	21.0	18.77	24.14	26.82						
				өсімдік майы	924.00	4.0	4.5	5.0	4.0	4.5	5.0	3.70	4.16	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Ет қосылған бұршақ сорпасы	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	316.35	407.50	498.27	474.53	611.26	747.40
				картоп	303.00	53	66	97	40	50	60	16.06	20.00	29.39						
				аршылған бұршақ	435.00	16	20	24	16	20	24	6.96	8.70	10.44						
				сәбіз	307.00	10	13	15	8	10	12	3.07	3.99	4.61						
				пияз	212.00	10	12	14	8	10	12	2.12	2.54	2.97						

				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
				нан үгіндісі	800.00	10	10	10	10	10	10	8.00	8.00	8.00						
Сүзбеден тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	64.27	64.27	64.27	96.41	96.41	96.41
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				сүзбе	2508.00	13	13	13	13	13	13	32.60	32.60	32.60						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	1	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															444.10	555.72	651.88	666.15	833.58	977.82

Жаз-күз 3																					
Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы,г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
3 апта																					
1-і күн																					
Достық ботқасы	200	220	250	күріш	494.00	16	18	20	16	18	20	7.90	8.69	9.88	121.47	133.62	151.37	182.20	200.42	227.05
				тары жармасы	235.00	25.6	28	30	25.6	28	30	6.02	6.62	7.05						
				сүт	644.00	95.2	105	119	95.2	105	119	61.31	67.44	76.64						
				су	0.00	52	57	65	52	57	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.36	0.40	0.45						
				йодталған тұз	97.00	0	0	0	0	0	0	0.01	0.01	0.01						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон қышқылы	1100.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.11	0.11	0.11	81.03	81.03	81.03	121.54	121.54	121.54
				алма	894.00	89.0	89.0	89.0	60.0	60.0	60.0	79.57	79.57	79.57						
				қант	450.00	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															217.67	239.94	257.69	326.51	359.91	386.54
2-і күн																					
Сиыр етінен котлеттер	70	90	100	сиыр еті	5547.00	97	90	100	75	85	90	538.06	499.23	554.70	545.41	509.57	566.28	818.11	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Көкөністер қосылған шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	89.38	110.05	264.36	134.07	165.07	396.54
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				жасыл бұршақ	2000.00	20	22	24	18	20	22	40.00	44.00	48.00						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қант қосылған кептірілген жеміс	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															834.20	829.15	1040.16	1251.30	1243.72	1560.25

3-і күн																				
Пісірілген көкөністерден салат	60	97	100	қызылша	190.00	30	40	48	26	29	31	5.70	7.60	9.12	24.30	33.20	40.52	36.44	49.80	60.77
				сәбіз	307.00	17	19	28	13	14	22	5.22	5.83	8.60						
				картоп	303.00	35	50	60	28	33	42	10.61	15.15	18.18						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						
Ет қосылған күріш сорпасы	200	250	300	тауық еті	2400.00	50	65	79	47	58	69	120.00	156.00	189.60	136.59	176.75	214.60	204.88	265.12	321.90
				күріш	494.00	16	20	24	16	20	24	7.90	9.88	11.86						
				өсімдік майы	924.00	4	5	6	4	5	6	3.70	4.62	5.54						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.01	0.02	0.03						
Ірімшік қосылған бутербродты тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	109.36	109.36	109.36	164.04	164.04	164.04
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				қатты ірімшік	5976.00	13	13	13	13	13	13	77.69	77.69	77.69						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	0	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															295.43	354.62	399.79	443.15	531.93	599.68

4-і күн																						
Балық домалатпалары	70	90	100	минтай балығының сүбес	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүтті-қызанақты тұздық	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	30.26	30.26	30.26	45.39	45.39	45.39
				1 сұрыпты ұн	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	2000.00	3	3	3	3	3	3	6.00	6.00	6.00						
Картоп пен сәбіз езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															391.68	418.36	446.29	587.52	627.54	669.43
5-і күн																				
Құс етінен Рагу	200	220	250	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	250.96	276.80	300.80	376.44	415.19	451.19
				пияз	212.00	20	23	23	17	20	20	4.24	4.88	4.88						
				сәбіз	307.00	25	25	25	20	21	21	7.68	7.68	7.68						
				картоп	303.00	97	90	90	60	67	67	29.39	27.27	27.27						
				жасыл көкөністер	1900.00	10	10	10	7	7	7.0	19.00	19.00	19.00						
				өсімдік майы	924.00	4	5	5	4	5	5	3.70	4.62	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				лавр жапырағы	3623.00	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.04	0.04	0.04						
				сарымсақ	900.00	5	5	5	3	3	3	4.50	4.50	4.50						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															379.65	415.61	439.61	569.47	623.41	659.41

Жаз-күз 4

Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы,г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
4 апта																				
1-і күн																				
Тары ботқасы	200	220	250	тары жармасы	235.00	44	48	52	44	48	52	10.34	11.37	12.22	87.37	96.11	106.55	131.06	144.16	159.83
				сүт	307.00	100	110	119	100	110	119	30.70	33.77	36.53						
				су	0.00	55	61	65	55	61	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.45	0.50	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															350.16	369.02	379.46	525.24	553.53	569.20
2-і күн																				
Сиыр етінен домалатпалар	70	90	100	сиыр еті	5547.00	87	90	100	75	85	90	482.59	499.23	554.70	489.94	509.57	566.28	734.91	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Көкөністер қосылған шашпа күріш	130	150	180	күріш жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	49.38	66.05	82.26	74.07	99.07	123.39
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															642.27	688.69	761.60	963.40	1033.03	1142.41

3-і күн																		
Құс етінен шницель	70	90	100	тауықтың сүбесі	2400.00	80	90	100	75	85	90	192.00	216.00	240.00	199.35	226.34	251.58	299.02	339.51	377.36
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	54.0	63.0	75.0	54.0	63.0	75.0	24.73	28.85	34.35	41.95	57.54	74.51	62.93	86.32	111.76
				сары май	5734.00	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Итмұрыннан сусын	200	200	200	итмұрын	2563.00	30	30	30	30	30	30	76.89	76.89	76.89	78.24	78.24	78.24	117.36	117.36	117.36
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															367.50	420.20	462.40	551.25	630.30	693.61
4-і күн																				
Қаймақ тұздығында көкөністермен бұқтырылған балық	70	90	100	минтай балығының сүбесі	1695.00	70	74	80	63	69	70	118.65	125.43	135.60	135.52	150.44	166.44	203.28	225.65	249.66
				сәбіз	307.00	10	14	18	8	12	15	3.07	4.30	5.53						
				қаймақ	2090.00	5	8	10	5	8	10	10.45	16.72	20.90						
				пияз	212.00	7	10	12	5	8	10	1.48	2.12	2.54						
				өсімдік майы	924.00	2	2	2	2	2	2	1.85	1.85	1.85						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Сәбіз бен картоп езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон қышқылы	1200.00	10.0	10.0	10.0	5.0	5.0	5.0	12.00	12.00	12.00	92.92	92.92	92.92	139.37	139.37	139.37
				алма	894.00	89.0	89.0	89.0	60.0	60.0	60.0	79.57	79.57	79.57						
				қант	450.00	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.0	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															355.25	390.86	419.73	532.88	586.29	629.60

5-і күн																		
Қайнатылған көкөністерден салат	60	97	100	қызылша	190.00	30	40	48	26	29	31	5.70	7.60	9.12	24.30	33.20	40.52	36.44	49.80	60.77
				сәбіз	307.00	17	19	28	13	14	22	5.22	5.83	8.60						
				картоп	303.00	35	50	60	28	33	42	10.61	15.15	18.18						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						
Макарон өнімдері мен еті бар сорпа	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	293.02	380.38	462.29	439.54	570.57	693.44
				макарон өнімдері	494.00	16	20	24	16	20	24	7.90	9.88	11.86						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
Сүзбе қосылған тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	64.27	64.27	64.27	96.41	96.41	96.41
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				сүзбе	2508.00	13	13	13	13	13	13	32.60	32.60	32.60						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	1	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															406.79	513.17	602.39	610.18	769.75	903.59

Қыс-көктем 1																				
Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
1 апта																				
1-і күн																				
Жүгері ботқасы	200	220	250	жүгері	215.00	40	44	50	40	44	50	8.60	9.46	10.75	116.15	127.77	145.19	174.23	191.65	217.78
				сүт	644.00	95	105	119	95	105	119	61.31	67.44	76.64						
				су	0.00	52	57	65	52	57	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.36	0.40	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Каркаде шайы	200	200	200	каркаде	3623.00	0.1	0.1	0.1	50	50	50	0.36	0.36	0.36	1.71	1.71	1.71	2.57	2.57	2.57
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															267.14	288.88	306.30	400.71	433.32	459.45

2-і күн																			
Сиыр етінен котлеттер	70	90	100	сиыр еті	5547.00	97	90	100	75	85	90	538.06	499.23	554.70	545.41	509.57	566.28	818.11	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Көкөністер қосылған шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	89.38	110.05	130.26	134.07	165.07	195.39
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				жасыл бұршақ	2000.00	20	22	24	18	20	22	40.00	44.00	48.00						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қант қосылған кептірілген жеміс компоты	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															700.10	695.05	771.96	1050.15	1042.57	1157.95

3-і күн																			
Қайнатылған көкөністерден салат	60	97	100	қызылша	190.00	30	40	48	26	29	31	5.70	7.60	9.12	24.30	33.20	40.52	36.44	49.80	60.77
				сәбіз	307.00	17	19	28	13	14	22	5.22	5.83	8.60						
				картоп	303.00	35	50	60	28	33	42	10.61	15.15	18.18						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						
Ет қосылған күріш сорпасы	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	293.94	381.30	463.22	440.91	571.95	694.82
				күріш	494.00	16	20	24	16	20	24	7.90	9.88	11.86						
				өсімдік майы	924.00	4	5	6	4	5	6	3.70	4.62	5.54						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.01	0.02	0.03						
ірімшік қосылған бутербродты тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	109.36	109.36	109.36	164.04	164.04	164.04
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				қатты ірімшік	5976.00	13	13	13	13	13	13	77.69	77.69	77.69						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	0	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															452.78	559.18	648.40	679.18	838.76	972.60

4-і күн																			
Балық биточкалары	70	90	100	минтай балығының сүбесі	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүт-қызанақ тұздығы	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	30.26	30.26	30.26	45.39	45.39	45.39
				1 сұрыпты ұн	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	2000.00	3	3	3	3	3	3	6.00	6.00	6.00						
Картоп пен сәбіз езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															391.68	418.36	446.29	587.52	627.54	669.43

5-і күн																						
Құс етінен Рагу	200	220	250	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	250.96	276.80	300.80	376.44	415.19	451.19
				пияз	212.00	20	23	23	17	20	20	4.24	4.88	4.88						
				сәбіз	307.00	25	25	25	20	21	21	7.68	7.68	7.68						
				картоп	303.00	97	90	90	60	67	67	29.39	27.27	27.27						
				жасыл көкөністер	1900.00	10	10	10	7	7	7.0	19.00	19.00	19.00						
				өсімдік майы	924.00	4	5	5	4	5	5	3.70	4.62	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				лавр жапырағы	3623.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.04	0.04	0.04						
				сарымсақ	900.00	5	5	5	3	3	3	4.50	4.50	4.50						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															513.75	549.71	573.71	770.62	824.56	860.56

Қыс-көктем 2																				
Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
2 апта																				
1-і күн																				
Сұлы ботқасы	200	220	250	сұлы жармасы	210.00	44	48	55	44	48	55	9.24	10.16	11.55	119.97	131.97	145.99	179.96	197.95	218.98
				сүт	644.00	100	110	119	100	110	119	64.40	70.84	76.64						
				су	0.00	55	61	65	55	61	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.45	0.50	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0	0.1	0.1	0	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	100	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															382.76	404.88	418.90	574.14	607.32	628.35

2-і күн																		
Сиыр етінен домалатпалар	70	90	100	сиырдың жұмсақ еті	5547.00	87	90	100	75	85	90	482.59	499.23	554.70	489.94	509.57	566.28	734.91	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Көкөністер қосылған шашпа күріш	130	150	180	күріш жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	49.38	66.05	82.26	74.07	99.07	123.39
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Қант қосылған кептірілген жеміс компоты	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны\бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															604.63	651.05	723.96	906.94	976.57	1085.95

3-і күн																				
Сәбіз бен ірімшік қосылған салат	60	97	100	сәбіз	307.00	70	90	115	55	66	92	21.49	27.63	35.31	66.10	92.02	129.57	99.16	138.03	194.36
				жартылай қатты ірімшік	5976.00	7	10	15	7	10	15	41.83	59.76	89.64						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Құс етінен жасалған үй қуырдағы	200	220	250	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	250.96	276.80	300.80	376.44	415.19	451.19
				пияз	212.00	20	23	23	17	20	20	4.24	4.88	4.88						
				сәбіз	307.00	25	25	25	20	21	21	7.68	7.68	7.68						
				картоп	303.00	97	90	90	60	67	67	29.39	27.27	27.27						
				жасыл	1900.00	10	10	10	7	7	7.0	19.00	19.00	19.00						
				өсімдік майы	924.00	4	5	5	4	5	5	3.70	4.62	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				лавр жапырағы	3623.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.04	0.04	0.04						
				сарымсақ	900.00	5	5	5	3	3	3	4.50	4.50	4.50						
Каркаде шайы	200	200	200	каркаде	3623.00	0.1	0.1	0.1	50	50	50	0.36	0.36	0.36	1.71	1.71	1.71	2.57	2.57	2.57
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															333.95	395.83	457.38	500.93	593.74	686.08

4-і күн																			
Балық котлеттері	70	90	100	минтай балығының сүбесі	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүтті-қызанақты тұздық	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	27.53	27.53	27.53	41.30	41.30	41.30
				1 сұрыпты ұн	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	1090.00	3	3	3	3	3	3	3.27	3.27	3.27						
Көкөністер қосылған шашпа күріш	130	150	180	күріш жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	47.76	47.76	47.76	71.64	71.64	71.64
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															325.07	341.18	356.24	487.61	511.77	534.35

5-і күн																			
Ақбас қырыққабат пен алма салаты	70	90	100	ақбас қырыққабат	191.00	49	63	70	35	45	50	9.36	12.03	13.37	38.29	48.63	54.03	57.43	72.94	81.04
				сәбіз	307.00	21	27	30.0	16	21	23.0	6.45	8.29	9.21						
				жас алма	894.00	21	27	30.0	15	19	21.0	18.77	24.14	26.82						
				өсімдік майы	924.00	4.0	4.5	5.0	4.0	4.5	5.0	3.70	4.16	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Ет қосылған бұршақ сорпасы	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	313.41	404.56	495.33	470.12	606.85	742.99
				картоп	303.00	53	66	97	40	50	60	16.06	20.00	29.39						
				аршылған бұршақ	435.00	16	20	24	16	20	24	6.96	8.70	10.44						
				сәбіз	307.00	10	13	15	8	10	12	3.07	3.99	4.61						
				пияз	212.00	10	12	14	8	10	12	2.12	2.54	2.97						
				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
				нан үгіндісі	506.00	10	10	10	10	10	10	5.06	5.06	5.06						
Сүзбе қосылған тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	64.27	64.27	64.27	96.41	96.41	96.41
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				сүзбе	2508.00	13	13	13	13	13	13	32.60	32.60	32.60						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	1	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															441.16	552.78	648.94	661.74	829.17	973.41

Қыс-көктем 3

Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
3 апта																				
1-і күн																				
Достық ботқасы	200	220	250	күріш	494.00	16	18	20	16	18	20	7.90	8.69	9.88	121.47	133.62	151.37	182.20	200.42	227.05
				тары жармасы	235.00	25.6	28	30	25.6	28	30	6.02	6.62	7.05						
				сүт	644.00	95.2	105	119	95.2	105	119	61.31	67.44	76.64						
				су	0.00	52	57	65	52	57	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.36	0.40	0.45						
				йодталған тұз	97.00	0	0	0	0	0	0	0.01	0.01	0.01						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон қышқылы	1100.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.11	0.11	0.11	81.03	81.03	81.03	121.54	121.54	121.54
				алма	894.00	89.0	89.0	89.0	60.0	60.0	60.0	79.57	79.57	79.57						
				қант	450.00	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	1.35	1.35	1.35						
Алма/маусым юойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															351.77	374.04	391.79	527.66	561.06	587.69

2-і күн																		
Дәруменді салат	60	97	100	ақбас қырыққабат	191.00	49	63	70	35	45	50	9.36	12.03	13.37	38.29	48.63	54.03	57.43	72.94	81.04
				сәбіз	307.00	21	27	30.0	16	21	23.0	6.45	8.29	9.21						
				жас алма	894.00	21	27	30.0	15	19	21.0	18.77	24.14	26.82						
				өсімдік майы	924.00	4.0	4.5	5.0	4.0	4.5	5.0	3.70	4.16	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сиыр етінен котлеттер	70	90	100	сиыр еті	5547.00	97	90	100	75	85	90	538.06	499.23	554.70	545.41	509.57	566.28	818.11	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.2	49.2	49.2
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Қайнатылған макарон өнімі	130	150	180	макарон	494.00	46	53	63	46	53	63	22.48	25.94	31.12	51.16	54.62	59.82	76.7	81.9	89.7
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.01	0.02	0.03						
				сары май	5734.00	5	5	5	5	5	5	28.67	28.67	28.67						
Қант қосылған кептірілген жеміс компоты	200	200	200	кептірілген жемістер	800.00	20	20	20	20	20	20	16.00	16.00	16.00	17.35	17.35	17.35	26.03	26.03	26.03
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															700.16	688.2	755.56	1050.24	1032.37	1133.34

3-і күн																				
Көкөністер қосылған тауықтың төс еті	70	90	100	тауық еті	2400.00	76	87	97	70	75	85	182.40	208.80	232.80	239.21	271.22	281.76	358.82	406.83	422.65
				сәбіз	307.00	20	23	25	16	19	20	6.14	7.06	7.68						
				пияз	212.00	15	18	20	12	15	17	3.18	3.82	4.24						
				томат пастасы	1090.00	3	3	3	3	3	3	3.27	3.27	3.27						
				тәтті бұрыш	1350.00	20	23	25	17	19	20	27.00	31.05	33.75						
				сары май	5734.00	3	3	0	3	3	3	17.20	17.20	0.00						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
Шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	54.0	63.0	75.0	54.0	63.0	75.0	0.92	2.77	0.92	13.80	9.83	7.98	20.71	14.75	11.97
				сары май	5734.00	3	5	7	3	5	7	6.44	0.62	0.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	6.44	6.44	6.44						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.8	38.0	38.0
															381.71	419.86	428.56	572.56	629.79	642.84

4-і күн																			
Балық домалатпалары	70	90	100	минтай балығының сүбесі	1695.00	97	98	105	74	75	98	164.42	166.11	177.98	179.61	185.60	200.65	269.42	278.40	300.98
				пияз	212.00	6	10	10	5	8	10	1.27	2.12	2.12						
				нан үгіндісі	800.00	13	15	20	13	15	20	10.40	12.00	16.00						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	7	5	5	7	2.59	2.59	3.63						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
				өсімдік майы	924.00	1	3	1	1	3	1	0.92	2.77	0.92						
Сүт пен қызанақ тұздығы	20	20	20	сүт	644.00	10	10	10	10	10	10	6.44	6.44	6.44	30.26	30.26	30.26	45.39	45.39	45.39
				ұн 1сорт	206.00	3	3	3	3	3	3	0.62	0.62	0.62						
				сары май	5734.00	3	3	3	3	3	3	17.20	17.20	17.20						
				томат пастасы	2000.00	3	3	3	3	3	3	6.00	6.00	6.00						
Картоп пен сәбіз езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															346.70	373.38	401.31	520.05	560.07	601.96

5-і күн																		
Ет қосылған борщ	200	250	300	Сиырдың жұмсақ еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	309.44	400.28	485.98	464.16	600.42	728.97
				қызылша	190.00	40	50	60	32	40	48	7.60	9.50	11.40						
				ақбас қырыққабат	191.00	20	25	30	16	20	24	3.82	4.78	5.73						
				картоп	303.00	21	26	32	16	20	24	6.36	7.88	9.70						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				томат пастасы	1090.00	6	7	8	6	7	8	6.54	7.63	8.72						
				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
ірімшік қосылған бутербродты тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	109.36	109.36	109.36	164.04	164.04	164.04
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				қатты ірімшік	5976.00	13	13	13	13	13	13	77.69	77.69	77.69						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	0	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															488.97	589.93	675.63	733.46	884.90	1013.44

Қыс-көктем 4

Тамақтың атауы	Тамақтың шығымы, г.			Тамақтың ингредиенттері	Баға	Брутто, г			Нетто,г			Құны			Шикізат жиынтығының құны			Дайын тамақтың 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	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
4 апта																				
1-і күн																				
Тары ботқасы	200	220	250	тары жармасы	235.00	44	48	52	44	48	52	10.34	11.37	12.22	87.37	96.11	106.55	131.06	144.16	159.83
				сүт	307.00	100	110	119	100	110	119	30.70	33.77	36.53						
				су	0.00	55	61	65	55	61	65	0.00	0.00	0.00						
				қант	450.00	1	1	1	1	1	1	0.45	0.50	0.45						
				сары май	5734.00	8	9	10	8	9	10	45.87	50.46	57.34						
				йодталған тұз	97.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.01	0.01	0.01						
Сүт қосылған какао	200	200	200	какао ұнтағы	6823.00	7	7	7	7	7	7	47.76	47.76	47.76	113.51	113.51	113.51	170.27	170.27	170.27
				сүт	644.00	100	100	100	100	100	130	64.40	64.40	64.40						
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Алма/маусым бойынша жеміс	120	120	120	алма	894.00	150	150	150	120	120	120	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	134.10	201.15	201.15	201.15
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															350.16	369.02	379.46	525.24	553.53	569.20

2-і күн																			
Сиыр етінен домалатпалар	70	90	100	сиыр еті	5547.00	87	90	100	75	85	90	482.59	499.23	554.70	489.94	509.57	566.28	734.91	764.35	849.41
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Көкөністер қосылған шашпа күріш	130	150	180	күріш жармасы	458.00	30.0	38.0	45.0	30.0	38.0	45.0	13.74	17.40	20.61	49.38	66.05	82.26	74.07	99.07	123.39
				сәбіз	307.00	60.0	65.0	70.0	54.0	59.0	66.0	18.42	19.96	21.49						
				сары май	5734	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Жас алмадан компот	200	200	200	жас алма	894.00	60	60	60	40	40	40	53.64	53.64	53.64	54.99	54.99	54.99	82.49	82.49	82.49
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															642.27	688.69	761.60	963.40	1033.03	1142.41

3-і күн																			
Құс етінен шницель	70	90	100	тауық еті	2400.00	80	90	100	75	85	90	192.00	216.00	240.00	199.35	226.34	251.58	299.02	339.51	377.36
				бидай наны	201.00	7	12	15.0	7	12	15.0	1.41	2.41	3.02						
				тауық жұмыртқасы	518.00	5	5	5.0	5	5	5.0	2.59	2.59	2.59						
				пияз	212.00	7	12	15	5	10	12.0	1.48	2.54	3.18						
				өсімдік майы	924.00	2.0	3.0	3.0	2.0	3.0	3.0	1.85	2.77	2.77						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Қаймақ тұздығы	20	20	20	қаймақ	2090.00	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	20.90	20.90	20.90	32.78	32.78	32.78	49.17	49.17	49.17
				1 сұрыпты ұн	206.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	0.41	0.41	0.41						
				сары май	5734.00	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	11.47	11.47	11.47						
Шашпа қарақұмық	130	150	180	қарақұмық жармасы	458.00	54.0	63.0	75.0	54.0	63.0	75.0	24.73	28.85	34.35	41.95	57.54	74.51	62.93	86.32	111.76
				сары май	5734.00	3	5	7	3	5	7	17.20	28.67	40.14						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Итмұрыннан сусын	200	200	200	итмұрын	2563.00	30	30	30	30	30	30	76.89	76.89	76.89	78.24	78.24	78.24	117.36	117.36	117.36
				қант	450.00	3	3	3	3	3	3	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															367.50	420.20	462.40	551.25	630.30	693.61

4-і күн																		
Қаймақ тұздығында көкөністермен бұқтырылған балық	70	90	100	Минтай балағының сүбесі	1695.00	70	74	80	63	69	70	118.65	125.43	135.60	135.52	150.44	166.44	203.28	225.65	249.66
				сәбіз	307.00	10	14	18	8	12	15	3.07	4.30	5.53						
				қаймақ	2090.00	5	8	10	5	8	10	10.45	16.72	20.90						
				пияз	212.00	7	10	12	5	8	10	1.48	2.12	2.54						
				өсімдік майы	924.00	2	2	2	2	2	2	1.85	1.85	1.85						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
Сәбіз бен картоп езбесі	130	150	180	картоп	303.00	140	144	150	93	108	111	42.42	43.63	45.45	111.64	122.21	135.08	167.45	183.31	202.62
				сәбіз	307.00	55	75	90	48	57	63	16.89	23.03	27.63						
				сүт	644.00	10	15	25	40	15	25	6.44	9.66	16.10						
				сары май	5734.00	8	8	8	8	8	8	45.87	45.87	45.87						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.02	0.02	0.03						
Денсаулық сусыны	200	200	200	лимон қышқылы	1100.00	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.11	0.11	0.11	81.03	81.03	81.03	121.54	121.54	121.54
				алма	894.00	89.0	89.0	89.0	60.0	60.0	60.0	79.57	79.57	79.57						
				қант	450.00	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	1.35	1.35	1.35						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															343.36	378.97	407.84	515.05	568.45	611.77

5-і күн																		
Көкөністерден жасалған винегрет салаты	60	97	100	қызылша	190.00	30	40	48	26	29	31	5.90	5.90	5.90	24.49	31.50	37.29	36.74	47.25	55.94
				сәбіз	307.00	17	19	28	13	14	22	5.22	5.83	8.60						
				картоп	303.00	35	50	60	28	33	42	10.61	15.15	18.18						
				өсімдік майы	924.00	3	5	5	3	5	5	2.77	4.62	4.62						
Макарон өнімдері мен еті бар сорпа	200	250	300	сиыр еті	5547.00	50	65	79	47	58	69	277.35	360.56	438.21	293.02	380.38	462.29	439.54	570.57	693.44
				макарон өнімдері	494.00	16	20	24	16	20	24	7.90	9.88	11.86						
				сәбіз	307.00	10	12	15	8	10	12	3.07	3.68	4.61						
				пияз	212.00	9	12	14	8	10	12	1.91	2.54	2.97						
				өсімдік майы	924.00	3	4	5	5	5	7	2.77	3.70	4.62						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.02	0.02	0.03						
Сүзбе қосылған тоқаш	50	50	50	фортификацияланған ұн	286.00	30	30	30	30	30	30	8.58	8.58	8.58	64.27	64.27	64.27	96.41	96.41	96.41
				фортификацияланған ұн (себуге арналған)	286.00	2	2	2	2	2	2	0.57	0.57	0.57						
				қант	450.00	4	4	4	4	4	4	1.80	1.80	1.80						
				сары май	5734.00	1	1	1	1	1	1	5.73	5.73	5.73						
				жұмыртқа	518.00	5	5	5	5	5	5	2.59	2.59	2.59						
				сүт 2,5%	644.00	9	9	9	9	9	9	5.80	5.80	5.80						
				сүзбе	2508.00	13	13	13	13	13	13	32.60	32.60	32.60						
				сығымдалған ашытқы	5895.00	1	1	1	1	1	1	5.90	5.90	5.90						
				йодталған тұз	97.00	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.02	0.02	0.02						
				ванилин	5547.00	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.03	0.17	0.17	0.17						
				жұмыртқа	518.00	1	1	1	1	1	1	0.52	0.52	0.52						
Лимон мен қант қосылған шай	200	200	200	лимон	1200.00	5	5	5	3	3	3	6.00	6.00	6.00	10.01	10.01	10.01	15.02	15.02	15.02
				шай	4123.00	0.1	0.1	0.1	20	20	20	0.41	0.41	0.41						
				қант	450.00	8	8	8	8	8	8	3.60	3.60	3.60						
Қара бидай наны/бидай	30	50	50	Қара бидай наны\бидай	506.00	30	50	50	30	50	50	15.18	25.30	25.30	15.18	25.30	25.30	22.77	37.95	37.95
															406.98	511.46	599.17	610.47	767.20	898.75

Тамақтану жоспарының құнын есептеу

		апта күндері	Шикізат жиынтығының құны			Дайын тағамның құны		
			7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас	7-10 жас	11-15 жас	16-18 жас
Жаз-күз	1 апта	Дүйсенбі	267.14	288.88	306.30	400.71	433.32	459.45
		Сейсенбі	644.69	688.25	755.56	967.03	1032.37	1133.34
		Сәрсенбі	409.86	467.57	495.08	614.78	701.36	742.62
		Бейсенбі	480.80	507.48	535.41	721.20	761.22	803.11
		Жұма	488.97	589.93	675.63	733.46	884.90	1013.44
	2 апта	Дүйсенбі	382.76	404.88	418.90	574.14	607.32	628.35
		Сейсенбі	660.10	651.05	723.96	990.15	976.57	1085.95
		Сәрсенбі	333.95	395.83	457.38	500.93	593.74	686.08
		Бейсенбі	328.47	348.05	368.30	492.70	522.07	552.44
		Жұма	444.10	555.72	651.88	666.15	833.58	977.82
	3 апта	Дүйсенбі	217.67	239.94	257.69	326.51	359.91	386.54
		Сейсенбі	834.20	829.15	1040.16	1251.30	1243.72	1560.25
		Сәрсенбі	295.43	354.62	399.79	443.15	531.93	599.68
		Бейсенбі	391.68	418.36	446.29	587.52	627.54	669.43
		Жұма	379.65	415.61	439.61	569.47	623.41	659.41
	4 апта	Дүйсенбі	350.16	369.02	379.46	525.24	553.53	569.20
		Сейсенбі	642.27	688.69	761.60	963.40	1033.03	1142.41
		Сәрсенбі	367.50	420.20	462.40	551.25	630.30	693.61
		Бейсенбі	355.25	390.86	419.73	532.88	586.29	629.60
		Жұма	406.79	513.17	602.39	610.18	769.75	903.59
Қыс-көктем	1 апта	Дүйсенбі	267.14	288.88	306.30	400.71	433.32	459.45
		Сейсенбі	700.10	695.05	771.96	1050.15	1042.57	1157.95
		Сәрсенбі	452.78	559.18	648.40	679.18	838.76	972.60
		Бейсенбі	391.68	418.36	446.29	587.52	627.54	669.43
		Жұма	513.75	549.71	573.71	770.62	824.56	860.56
	2 апта	Дүйсенбі	382.76	404.88	418.90	574.14	607.32	628.35
		Сейсенбі	604.63	651.05	723.96	906.94	976.57	1085.95
		Сәрсенбі	333.95	395.83	457.38	500.93	593.74	686.08
		Бейсенбі	325.07	341.18	356.24	487.61	511.77	534.35
		Жұма	441.16	552.78	648.94	661.74	829.17	973.41
	3 апта	Дүйсенбі	351.77	374.04	391.79	527.66	561.06	587.69
		Сейсенбі	700.16	688.25	755.56	1050.2	1032.37	1133.34
		Сәрсенбі	381.71	419.86	428.56	572.56	629.79	642.84
		Бейсенбі	346.70	373.38	401.31	520.05	560.07	601.96
		Жұма	488.97	589.93	675.63	733.46	884.90	1013.44
	4 апта	Дүйсенбі	350.16	369.02	379.46	525.24	553.53	569.20
		Сейсенбі	642.27	688.69	761.60	963.40	1033.03	1142.41
		Сәрсенбі	367.50	420.20	462.40	551.25	630.30	693.61
		Бейсенбі	343.36	378.97	407.84	515.05	568.45	611.77
		Жұма	406.98	511.46	599.17	610.47	767.20	898.75
ҚҚС-сыз			436.85	480.20	530.32	655.28	720.30	795.49