

Бекітемін:  
Қарағанды қаласы білім бөлімінің  
«№24 ЖОББМ» КММ  
Директорын м.а. Бектемиров К. А.



### ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ

2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан  
және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын  
тамақтандыру үшін ас мәзірі  
I АПТА

1-күн

«\_\_»

2025ж.

| Тағамның атауы                    | Тағамның шығуы, г |              |              | Тағам<br>ингредиентте<br>рі | Брутто,г    |              |              | Нетто,г     |              |              |
|-----------------------------------|-------------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                                   | 7-10<br>жас       | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
| Сүт ботқасы, сары<br>май «Дружба» | 150/10            | 200/10       | 200/10       | Тары жармасы                | 0,030       | 0,030        | 0,030        | 0,030       | 0,030        | 0,030        |
|                                   |                   |              |              | Күріш<br>жармасы            | 0,008       | 0,015        | 0,015        | 0,008       | 0,015        | 0,015        |
|                                   |                   |              |              | Сары май                    | 0,076       | 0,100        | 0,100        | 0,076       | 0,103        | 0,103        |
|                                   |                   |              |              | Иодталған тұз               | 0,004       | 0,004        | 0,004        | 0,005       | 0,005        | 0,005        |
|                                   |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,010       | 0,010        | 0,010        | 0,010       | 0,010        | 0,010        |
|                                   |                   |              |              | Бал                         | 0,005       | 0,015        | 0,015        | 0,005       | 0,015        | 0,015        |
| Маймен бутерброд                  | 20/10             | 35/10        | 40/15        | Сары май                    | 0,010       | 0,010        | 0,010        | 0,010       | 0,010        | 0,010        |
|                                   |                   |              |              | Қара бидай<br>наны          | 0,020       | 0,035        | 0,045        | 0,020       | 0,035        | 0,045        |
| Алма                              | 120               | 120          | 120          | Алма                        | 0,120       | 0,120        | 0,120        | 0,120       | 0,120        | 0,120        |
| Сүтпен қантпен<br>шай             | 200/20/<br>5      | 200/20/<br>5 | 200/20/<br>5 | Жоғары сұрып<br>шай         | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                   |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,021       | 0,021        | 0,021        | 0,020       | 0,020        | 0,020        |
|                                   |                   |              |              | Қант                        | 0,005       | 0,005        | 0,005        | 0,005       | 0,005        | 0,005        |

### ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ

2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан  
және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын  
тамақтандыру үшін ас мәзірі  
I АПТА

2-күн

«\_\_»

2025ж.

| Тағамның атауы   | Тағамның шығуы, г |              |              | Тағам<br>ингредиент<br>тері | Брутто,г    |              |              | Нетто,г     |              |              |
|------------------|-------------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                  | 7-10<br>жас       | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
| Көкініс винегрет | 60                | 100          | 100          | Картоп                      | 0,025       | 0,042        | 0,042        | 0,019       | 0,031        | 0,031        |
|                  |                   |              |              | Сұйық май                   | 0,006       | 0,01         | 0,01         | 0,006       | 0,010        | 0,010        |
|                  |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,023       | 0,038        | 0,038        | 0,022       | 0,036        | 0,036        |
|                  |                   |              |              | ҚЫЗЫЛША                     | 0,013       | 0,021        | 0,021        | 0,009       | 0,015        | 0,015        |

|                    |     |     |     |                 |        |        |        |        |        |        |
|--------------------|-----|-----|-----|-----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Тауық етінен палау | 180 | 250 | 250 | Сары май        | 0,011  | 0,018  | 0,018  | 0,010  | 0,016  | 0,016  |
|                    |     |     |     | Йодталған тұз   | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 |
|                    |     |     |     | Тауық еті       | 0,105  | 0,143  | 0,143  | 0,100  | 0,140  | 0,140  |
|                    |     |     |     | Күнбағыс майы   | 0,008  | 0,015  | 0,015  | 0,008  | 0,015  | 0,015  |
|                    |     |     |     | Күріш           | 0,035  | 0,070  | 0,070  | 0,035  | 0,070  | 0,070  |
|                    |     |     |     | Сәбіз           | 0,010  | 0,019  | 0,019  | 0,008  | 0,015  | 0,015  |
|                    |     |     |     | Пияз            | 0,009  | 0,018  | 0,018  | 0,008  | 0,015  | 0,015  |
| Кисель             | 200 | 200 | 200 | Йодталған тұз   | 0,0001 | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  |
|                    |     |     |     | Алма            | 0,028  | 0,028  | 0,028  | 0,024  | 0,024  | 0,024  |
|                    |     |     |     | Қант            | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  |
| Қара бидай наны    | 20  | 35  | 40  | Картоп крахмалы | 0,009  | 0,009  | 0,009  | 0,009  | 0,009  | 0,009  |
|                    |     |     |     | Қара бидай наны | 0,020  | 0,035  | 0,040  | 0,020  | 0,035  | 0,040  |

### ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ

2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын тамақтандыру үшін ас мәзірі

#### I АПТА

3-күн

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025ж.

| Тағамның атауы      | Тағамның шығуы, г |           |           | Тағам ингредиенттері    | Брутто,г |           |           | Нетто,г  |           |           |
|---------------------|-------------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|
|                     | 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 |
| Тефтели ( сиыр еті) | 80                | 100       | 100       | Сиыр еті (котлеты)      | 0,069    | 0,086     | 0,086     | 0,050    | 0,063     | 0,063     |
|                     |                   |           |           | Күріш жармасы           | 0,007    | 0,008     | 0,008     | 0,007    | 0,008     | 0,008     |
|                     |                   |           |           | Пияз                    | 0,028    | 0,035     | 0,035     | 0,024    | 0,030     | 0,030     |
|                     |                   |           |           | Күнбағыс майы           | 0,004    | 0,005     | 0,005     | 0,004    | 0,005     | 0,005     |
|                     |                   |           |           | Ұн 1 сорт               | 0,005    | 0,007     | 0,007     | 0,005    | 0,007     | 0,007     |
|                     |                   |           |           | Йодталған тұз           | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    |
| Тұздық              | 20                | 20        | 20        | Күнбағыс майы           | 0,0004   | 0,0004    | 0,0004    | 0,0004   | 0,0004    | 0,0004    |
|                     |                   |           |           | Ұн 1 сорт               | 0,001    | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |
|                     |                   |           |           | Томат                   | 0,002    | 0,002     | 0,002     | 0,002    | 0,002     | 0,002     |
|                     |                   |           |           | Сәбіз                   | 0,002    | 0,002     | 0,002     | 0,0016   | 0,0016    | 0,0016    |
|                     |                   |           |           | Пияз                    | 0,0005   | 0,0005    | 0,0005    | 0,0004   | 0,0004    | 0,0004    |
|                     |                   |           |           | Қант                    | 0,0003   | 0,0003    | 0,0003    | 0,0003   | 0,0003    | 0,0003    |
| Макарон өнімі       | 100/10            | 150/10    | 150/10    | Йодталған тұз           | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    |
|                     |                   |           |           | Макарон                 | 0,035    | 0,053     | 0,053     | 0,035    | 0,053     | 0,053     |
|                     |                   |           |           | Сары май                | 0,010    | 0,010     | 0,010     | 0,010    | 0,010     | 0,010     |
| Жеміс-жидек компоты | 200               | 200       | 200       | Йодталған тұз           | 0,0001   | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |
|                     |                   |           |           | Кептірілген жеміс-жидек | 0,020    | 0,020     | 0,020     | 0,020    | 0,020     | 0,020     |
|                     |                   |           |           | Қант                    | 0,007    | 0,007     | 0,007     | 0,007    | 0,007     | 0,007     |
|                     |                   |           |           | Лимон                   | 0,001    | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |

|                 |    |    |    |                 |       |       |       |       |       |       |
|-----------------|----|----|----|-----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|                 |    |    |    | кислотасы       |       |       |       |       |       |       |
| Қара бидай наны | 20 | 35 | 40 | Қара бидай наны | 0,020 | 0,035 | 0,040 | 0,020 | 0,035 | 0,040 |

**ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ**  
**2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан**  
**және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын**  
**тамақтандыру үшін ас мәзірі**  
**I АПТА**

4-күн  
«    »                      2025ж.

| Тағамның атауы                   | Тағамның шығуы, г |              |              | Тағам<br>ингредиент<br>тері | Брутто,г    |              |              | Нетто,г     |              |              |
|----------------------------------|-------------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                                  | 7-10<br>жас       | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
| Балық етінен жасалған биточкалар | 80                | 100          | 100          | Минтай балығы               | 0,066       | 0,089        | 0,089        | 0,048       | 0,065        | 0,065        |
|                                  |                   |              |              | Ұн 1 сорт                   | 0,014       | 0,018        | 0,018        | 0,014       | 0,018        | 0,018        |
|                                  |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,019       | 0,025        | 0,025        | 0,019       | 0,025        | 0,025        |
|                                  |                   |              |              | Қатқан нан                  | 0,007       | 0,010        | 0,010        | 0,007       | 0,010        | 0,010        |
|                                  |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,0001      | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
| Тұздық                           | 20                | 20           | 20           | Күнбағыс майы               | 0,0004      | 0,0004       | 0,0004       | 0,0004      | 0,0004       | 0,0004       |
|                                  |                   |              |              | Ұн 1 сорт                   | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                  |                   |              |              | Томат                       | 0,002       | 0,002        | 0,002        | 0,002       | 0,002        | 0,002        |
|                                  |                   |              |              | Сәбіз                       | 0,002       | 0,002        | 0,002        | 0,0016      | 0,0016       | 0,0016       |
|                                  |                   |              |              | Пияз                        | 0,0005      | 0,0005       | 0,0005       | 0,0004      | 0,0004       | 0,0004       |
|                                  |                   |              |              | Қант                        | 0,0003      | 0,0003       | 0,0003       | 0,0003      | 0,0003       | 0,0003       |
| Картоп пюресі                    | 100               | 150          | 150          | Йодталған тұз               | 0,0001      | 0,0001       | 0,0001       | 0,0001      | 0,0001       | 0,0001       |
|                                  |                   |              |              | Картоп                      | 0,117       | 0,180        | 0,180        | 0,088       | 0,135        | 0,135        |
|                                  |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,016       | 0,024        | 0,024        | 0,015       | 0,023        | 0,023        |
|                                  |                   |              |              | Сары май                    | 0,010       | 0,010        | 0,010        | 0,010       | 0,010        | 0,010        |
| Алма                             | 120               | 120          | 120          | Алма                        | 0,120       | 0,120        | 0,120        | 0,120       | 0,120        | 0,120        |
|                                  |                   |              |              | Қант                        | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                  |                   |              |              | Лимон кислотасы             | 0,005       | 0,005        | 0,005        | 0,005       | 0,005        | 0,005        |
| Қара шай қантпен                 | 200/5             | 200/5        | 200/5        | Жоғары сұрыпты шай          | 0,020       | 0,035        | 0,040        | 0,020       | 0,035        | 0,040        |
|                                  |                   |              |              | Қант                        | 0,066       | 0,089        | 0,089        | 0,048       | 0,065        | 0,065        |
| Қара бидай наны                  | 20                | 35           | 40           | Қара бидай наны             | 0,014       | 0,018        | 0,018        | 0,014       | 0,018        | 0,018        |

**ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ**  
**2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан**  
**және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын**  
**тамақтандыру үшін ас мәзірі**  
**I АПТА**

5-күн  
«    »                      2025ж.

| Тағамның атауы | Тағамның шығуы, г | Тағам | Брутто,г | Нетто,г |
|----------------|-------------------|-------|----------|---------|
|----------------|-------------------|-------|----------|---------|

|                                                                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | ингредиент<br>тері         | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| Сиыр етінен,<br>қырыққабаттан<br>және картоптан<br>жасалған сорпа<br>(борщ) | 200         | 250          | 250          | Қызылша                    | 0,040       | 0,050        | 0,050        | 0,032       | 0,040        | 0,040        |
|                                                                             |             |              |              | Қырыққабат                 | 0,020       | 0,025        | 0,025        | 0,016       | 0,020        | 0,020        |
|                                                                             |             |              |              | Картоп                     | 0,021       | 0,027        | 0,027        | 0,016       | 0,020        | 0,020        |
|                                                                             |             |              |              | Сәбіз                      | 0,010       | 0,013        | 0,013        | 0,008       | 0,010        | 0,010        |
|                                                                             |             |              |              | Пияз                       | 0,010       | 0,012        | 0,012        | 0,008       | 0,010        | 0,010        |
|                                                                             |             |              |              | Томат                      | 0,006       | 0,008        | 0,008        | 0,006       | 0,008        | 0,008        |
|                                                                             |             |              |              | Күнбағыс майы              | 0,004       | 0,005        | 0,005        | 0,004       | 0,005        | 0,005        |
|                                                                             |             |              |              | Қант                       | 0,002       | 0,003        | 0,003        | 0,002       | 0,003        | 0,003        |
|                                                                             |             |              |              | Сиыр еті                   | 0,045       | 0,045        | 0,045        | 0,032       | 0,032        | 0,032        |
|                                                                             |             |              |              | Қаймақ 10%                 | 0,005       | 0,005        | 0,005        | 0,005       | 0,005        | 0,005        |
|                                                                             |             |              |              | Йодталған тұз              | 0,000       | 0,000        | 0,000        | 0,000       | 0,000        | 0,000        |
| Ірімшіктен<br>бутерброд                                                     | 50          | 50           | 50           | Жоғары<br>сұрыпты ұн       | 0,030       | 0,030        | 0,030        | 0,030       | 0,030        | 0,030        |
|                                                                             |             |              |              | Жоғары<br>сұрыпты ұн       | 0,002       | 0,002        | 0,002        | 0,002       | 0,002        | 0,002        |
|                                                                             |             |              |              | Қант                       | 0,004       | 0,004        | 0,004        | 0,004       | 0,004        | 0,004        |
|                                                                             |             |              |              | Жұмыртқа<br>(II категория) | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                                                             |             |              |              | Сүт 2,5%                   | 0,005       | 0,005        | 0,005        | 0,005       | 0,005        | 0,005        |
|                                                                             |             |              |              | Ірімшік                    | 0,009       | 0,009        | 0,009        | 0,009       | 0,009        | 0,009        |
|                                                                             |             |              |              | Ашытқы                     | 0,013       | 0,013        | 0,013        | 0,013       | 0,013        | 0,013        |
|                                                                             |             |              |              | Йодталған тұз              | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                                                             |             |              |              | Ванилин                    | 0,0003      | 0,000        | 0,000        | 0,0003      | 0,000        | 0,000        |
|                                                                             |             |              |              | Жұмыртқа<br>(II категория) | 0,0000      | 0,000        | 0,000        | 0,0000      | 0,000        | 0,000        |
| Алма компоты                                                                | 200         | 200          | 200          | Алма                       | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                                                             |             |              |              | Қант                       | 0,020       | 0,020        | 0,020        | 0,020       | 0,020        | 0,020        |
|                                                                             |             |              |              | Лимон<br>кислотасы         | 0,007       | 0,007        | 0,007        | 0,007       | 0,007        | 0,007        |
| Қара бидай наны                                                             | 20          | 35           | 40           | Қара бидай<br>наны         | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |

### ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ

2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан  
және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын  
тамақтандыру үшін ас мәзірі

#### II АПТА

1-күн

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025ж.

| Тағамның атауы           | Тағамның шығуы, г |              |              | Тағам<br>ингредиентте<br>рі | Брутто,г    |              |              | Нетто,г     |              |              |
|--------------------------|-------------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                          | 7-10<br>жас       | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
| Сүт ботқасы, сары<br>май | 150/10            | 200/10       | 200/10       | Күріш<br>жармасы            | 0,023       | 0,031        | 0,031        | 0,023       | 0,031        | 0,031        |
|                          |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,132       | 0,176        | 0,176        | 0,132       | 0,176        | 0,176        |
|                          |                   |              |              | Бал                         | 0,005       | 0,015        | 0,015        | 0,005       | 0,015        | 0,015        |
|                          |                   |              |              | Сары май                    | 0,010       | 0,010        | 0,010        | 0,010       | 0,010        | 0,010        |
|                          |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,0001      | 0,000        | 0,000        | 0,000       | 0,000        | 0,000        |

|                         |          |          |          |                     |       |       |       |       |       |       |
|-------------------------|----------|----------|----------|---------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Ірімшікпен<br>бутерброд | 20/10    | 35/10    | 40/15    | Ірімшік             | 0,010 | 0,010 | 0,010 | 0,010 | 0,010 | 0,010 |
|                         |          |          |          | Қара бидай<br>наны  | 0,020 | 0,035 | 0,045 | 0,020 | 0,035 | 0,045 |
| Алма                    | 120      | 120      | 120      | Алма                | 0,120 | 0,120 | 0,120 | 0,120 | 0,120 | 0,120 |
| Сүтпен қантпен<br>шай   | 200/20/5 | 200/20/5 | 200/20/5 | Жоғары сұрып<br>шай | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 | 0,001 |
|                         |          |          |          | Сүт 2,5%            | 0,021 | 0,021 | 0,021 | 0,02  | 0,02  | 0,02  |
|                         |          |          |          | Қант                | 0,005 | 0,005 | 0,005 | 0,005 | 0,005 | 0,005 |

**ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ**  
**2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан**  
**және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын**  
**тамақтандыру үшін ас мәзірі**  
**II АПТА**

**2-күн**  
**«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025ж.**

| Тағамның атауы                                | Тағамның шығуы, г |              |              | Тағам<br>ингредиент<br>тері | Брутто,г    |              |              | Нетто,г     |              |              |
|-----------------------------------------------|-------------------|--------------|--------------|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
|                                               | 7-10<br>жас       | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |                             | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас | 7-10<br>жас | 11-15<br>жас | 16-18<br>жас |
| Қырыққабат пен<br>сәбізден жасалған<br>салаты | 60                | 100          | 100          | Қырыққабат                  | 0,044       | 0,063        | 0,063        | 0,035       | 0,050        | 0,050        |
|                                               |                   |              |              | Сәбіз                       | 0,011       | 0,031        | 0,031        | 0,010       | 0,030        | 0,030        |
|                                               |                   |              |              | Көк                         | 0,003       | 0,003        | 0,003        | 0,004       | 0,004        | 0,004        |
|                                               |                   |              |              | Қант                        | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   |
|                                               |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   |
|                                               |                   |              |              | Күнбағыс майы               | 0,006       | 0,010        | 0,010        | 0,006       | 0,010        | 0,010        |
| Тұздық                                        | 20                | 20           | 20           | Күнбағыс майы               | 0,077       | 0,102        | 0,102        | 0,056       | 0,095        | 0,095        |
|                                               |                   |              |              | Ұн 1 сорт                   | 0,014       | 0,018        | 0,018        | 0,014       | 0,023        | 0,023        |
|                                               |                   |              |              | Томат                       | 0,006       | 0,009        | 0,009        | 0,005       | 0,010        | 0,010        |
|                                               |                   |              |              | Сәбіз                       | 0,014       | 0,018        | 0,018        | 0,014       | 0,023        | 0,023        |
|                                               |                   |              |              | Пияз                        | 0,008       | 0,01         | 0,01         | 0,008       | 0,012        | 0,012        |
|                                               |                   |              |              | Қант                        | 0,005       | 0,006        | 0,006        | 0,005       | 0,007        | 0,007        |
|                                               |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   |
| Котлет етпен<br>(пеште)                       | 80                | 100          | 100          | Сиыр еті (етпен<br>котлеты) | 0,0004      | 0,000<br>4   | 0,000<br>4   | 0,0004      | 0,000<br>4   | 0,000<br>4   |
|                                               |                   |              |              | Қара бидай<br>ұны 1 сорт    | 0,001       | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                               |                   |              |              | Пияз                        | 0,002       | 0,002        | 0,002        | 0,002       | 0,002        | 0,002        |
|                                               |                   |              |              | Күнбағыс майы               | 0,002       | 0,002        | 0,002        | 0,0016      | 0,001<br>6   | 0,001<br>6   |
|                                               |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,0005      | 0,000<br>5   | 0,000<br>5   | 0,0004      | 0,000<br>4   | 0,000<br>4   |
| Картоп пюресі                                 | 100               | 150          | 150          | Картоп                      | 0,0003      | 0,000<br>3   | 0,000<br>3   | 0,0003      | 0,000<br>3   | 0,000<br>3   |
|                                               |                   |              |              | Сүт 2,5%                    | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   | 0,0001      | 0,000<br>1   | 0,000<br>1   |
|                                               |                   |              |              | Йодталған тұз               | 0,117       | 0,180        | 0,180        | 0,088       | 0,135        | 0,135        |
|                                               |                   |              |              | Сары май                    | 0,016       | 0,024        | 0,024        | 0,015       | 0,023        | 0,023        |
| Жеміс-жидек<br>компоты                        | 200               | 200          | 200          | Кептірілген<br>жеміс-жидек  | 0,0001      | 0,001        | 0,001        | 0,001       | 0,001        | 0,001        |
|                                               |                   |              |              | Қант                        | 0,010       | 0,010        | 0,010        | 0,010       | 0,010        | 0,010        |
|                                               |                   |              |              | Лимон<br>кислотасы          | 0,020       | 0,020        | 0,020        | 0,020       | 0,020        | 0,020        |
| Қара бидай наны                               | 20                | 35           | 40           | Қара бидай                  | 0,007       | 0,007        | 0,007        | 0,007       | 0,007        | 0,007        |



|                 |        |        |        |                 |        |        |        |        |        |        |
|-----------------|--------|--------|--------|-----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Тұздық          | 20     | 20     | 20     | Күнбағыс майы   | 0,0004 | 0,0004 | 0,0004 | 0,0004 | 0,0004 | 0,0004 |
|                 |        |        |        | Ұн 1 сорт       | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  |
|                 |        |        |        | Томат           | 0,002  | 0,002  | 0,002  | 0,002  | 0,002  | 0,002  |
|                 |        |        |        | Сәбіз           | 0,002  | 0,002  | 0,002  | 0,0016 | 0,0016 | 0,0016 |
|                 |        |        |        | Пияз            | 0,0005 | 0,0005 | 0,0005 | 0,0004 | 0,0004 | 0,0004 |
|                 |        |        |        | Қант            | 0,0003 | 0,0003 | 0,0003 | 0,0003 | 0,0003 | 0,0003 |
|                 |        |        |        | Йодталған тұз   | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 |
| Макарон өнімі   | 100/10 | 150/10 | 150/10 | Макарон         | 0,035  | 0,053  | 0,053  | 0,035  | 0,053  | 0,053  |
|                 |        |        |        | Күнбағыс майы   | 0,010  | 0,015  | 0,015  | 0,010  | 0,015  | 0,015  |
|                 |        |        |        | Йодталған тұз   | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 | 0,0001 |
| Алма компоты    | 200    | 200    | 200    | Алма            | 0,020  | 0,020  | 0,020  | 0,020  | 0,020  | 0,020  |
|                 |        |        |        | Қант            | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  | 0,007  |
|                 |        |        |        | Лимон кислотасы | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  | 0,001  |
| Қара бидай наны | 20     | 35     | 40     | Қара бидай наны | 0,020  | 0,035  | 0,040  | 0,020  | 0,035  | 0,040  |

### ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ТАҒАМ МӘЗІРІ

**2025 жылға арналған 1-4 сынып оқушыларына бюджет қаражатының шотынан және халықтың әлеуметтік осал топтарының 5-11 сынып оқушыларын тамақтандыру үшін ас мәзірі**

### II АПТА

**5-күн**

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2025ж.

| Тағамның атауы                   | Тағамның шығуы, г |           |           | Тағам ингредиенттері    | Брутто,г |           |           | Нетто,г  |           |           |
|----------------------------------|-------------------|-----------|-----------|-------------------------|----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|
|                                  | 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 |
| Тауық етінен жасалған кеспе көже | 200               | 250       | 250       | Тауық еті               | 0,035    | 0,035     | 0,035     | 0,030    | 0,030     | 0,030     |
|                                  |                   |           |           | Кеспе                   | 0,016    | 0,020     | 0,020     | 0,016    | 0,020     | 0,020     |
|                                  |                   |           |           | Сәбіз                   | 0,010    | 0,013     | 0,013     | 0,008    | 0,010     | 0,010     |
|                                  |                   |           |           | Пияз                    | 0,009    | 0,012     | 0,012     | 0,008    | 0,010     | 0,010     |
|                                  |                   |           |           | Күнбағыс майы           | 0,002    | 0,003     | 0,003     | 0,002    | 0,003     | 0,003     |
|                                  |                   |           |           | Йодталған тұз           | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    | 0,0001   | 0,0001    | 0,0001    |
| Ірімшіктен пірісілген бәліш      | 50                | 50        | 50        | Жоғары сұрыпты ұн       | 0,030    | 0,030     | 0,030     | 0,030    | 0,030     | 0,030     |
|                                  |                   |           |           | Жоғары сұрыпты ұн       | 0,002    | 0,002     | 0,002     | 0,002    | 0,002     | 0,002     |
|                                  |                   |           |           | Қант                    | 0,004    | 0,004     | 0,004     | 0,004    | 0,004     | 0,004     |
|                                  |                   |           |           | Жұмыртқа (II категория) | 0,001    | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |
|                                  |                   |           |           | Сүт 2,5%                | 0,005    | 0,005     | 0,005     | 0,005    | 0,005     | 0,005     |
|                                  |                   |           |           | Ірімшік                 | 0,009    | 0,009     | 0,009     | 0,009    | 0,009     | 0,009     |
|                                  |                   |           |           | Ашытқы                  | 0,013    | 0,013     | 0,013     | 0,013    | 0,013     | 0,013     |
|                                  |                   |           |           | Йодталған тұз           | 0,001    | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |
|                                  |                   |           |           | Ванилин                 | 0,0003   | 0,0003    | 0,0003    | 0,0003   | 0,0003    | 0,0003    |
| Сүтпен қантпен шай               | 200/20/5          | 200/20/5  | 200/20/5  | Жоғары сұрып шай        | 0,001    | 0,001     | 0,001     | 0,001    | 0,001     | 0,001     |