



№2 Майкайын ЖОББМ КММ оқушылардың тамақтануының
алдын ала ас мәзірі
Перспективное меню
 на питание учащихся КГУ Майкаинская СОШ №2

Күн дер/ Дни	Тағамның атауы/ Наименование блюда	Шығыс граммы/ Выход в граммах	Бағасы/Цена
Бірінші күн Первый день	Суп лапша по домашнему/ Үй кеспе сорпасы Тефтели мясные (гов) /Тефтел қара мал еті Гарнир: гречка рассыпчатая / Қарақұмық ботқасы Макароны отварные / Қайнатылған макарон Салат морковный на р/м /Сәбіз салаты ш/м Молоко/Сүт Мед пчелиный / ара балы Шай/Чай Хлеб /Нан	300гр 100гр 150гр 150гр 100гр 200гр 200гр 200гр 200гр	120 тг 100 тг 70 тг 50тг 50тг 30тг 20тг 30тг 10тг
Екінші күн Второй день	Рассольник на к/б /Рассолник Жаркое по домашнему/ Сорпаға бықтырылған картөп , ет. Салат свекольный с яблоком / Алма косылған қызылша салаты Кисель Шай/Чай Хлеб /Нан	300гр 200гр 100гр 200гр 200гр 200гр	120тг 150тг 50тг 40тг 30тг 10тг
Үшінші күн Третий день	Суп с бобовыми на к/б/фасолевый / Бұршақ кеспесі Плов (гов мясо) / Палау Салат из свежих овощей (помидоров и огурцов)на р/м Көкөніс салаты ш/м (қызанақ және қыяр) Шай/Чай Хлеб /Нан	300гр 250гр 150гр 100гр 200гр 200гр	80 тг 140тг 80тг 50 тг 30тг 10тг
Төртінші күн четвертый день	Балық кеспесі /Суп рыбный Гуляш (гов), / Қуырылған туралған ет Гарнир: Капуста тушенная /Қырыққабат шырыны Перловка / арпа ботқасы Орамжапырақ салаты / Салат капустаный на р/м Компот из сухофруктов / Құрғақ жемістердың компотті Компот из сухофруктов / Құрғақ жемістердың компотті	300гр 100гр 150гр 150гр 100гр 200гр 200гр	90 тг 140 тг 50тг 50тг 40тг 40 тг 40тг 10тг
Бесінші күн Пятый день	Борщ на к/б Гуляш из кури отварной / Қуырылған тауық еті Гарнир: Макароны отварные / Қайнатылған макарон Пшеника отварная / тары ботқасы Салат морковный на р/м /Сәбіз салаты ш/м Кисель Шай/Чай Нан/Хлеб	300гр 100гр 150гр 150гр 100гр 200гр 200гр 200гр	110тг 120 тг 50тг 60тг 50тг 40тг 30тг 10тг

Алтыншы күн Шестой день	Суп картофельный с фрикадельками / Қопсытылған картоп сорпасы Голубцы с мясом и рисом / Ет және күрішпен қырыққабат ормдары Салат из свежих овощей (помидоров и огурцов)на р/м Көкөніс салаты ш/м (қызанақ және қыяр) Молоко/Сүт Мед пчелиный / ара балы Шай/Чай Хлеб /Нан	300гр 200гр 100гр 200гр 10гр 200гр 200гр	110гг 150гг 50гг 30гг 20гг 30гг 10гг
Жетінші күн Седьмой день	Бұршақ кеспесі/Суп гороховый Котлета из говядины / котлет қара мал еті Гарнир: Рис припущенный / пісірілген күріш Орамжапырақ салаты / Салат капустный на р/м Шай/Чай Нан/Хлеб	300гр 100гр 150гр 100гр 200гр 200гр	80гг 140гг 80гг 50гг 30гг 10гг
Сегізінші күн Восьмой день	Пельмени / Тұшпара Гуляш (гов), / Қуырылған туралған ет Гарнир: Макароны отварные / Қайнатылған макарон Пшеника отварная / тары ботқасы Салат морковный на р/м /Сәбіз салаты ш/м Сок мультивитаминный/ Шырын Шай/Чай Нан/Хлеб	300гр 100гр 150гр 100гр 200гр 200гр 200гр	100гг 140гг 50гг 50гг 50гг 40гг 30гг 10гг
Тоғызыншы күн Девятый день	Балық кеспесі/Суп рыбный Вареники картофельные /Картоп варениктері Салат витаминный (капуста,морковь,свекла лимон) / Витамин салаты Компот из сухофруктов / Құрғақ жемістердың компотті Шай/Чай Нан/Хлеб	300гр 150гр 100гр 200гр 200гр 200гр	140 гг 80гг 50гг 35гг 30гг 10гг
Оныншы күн Десятый день	Пельмени / Тұшпара Манты Салат из свежих овощей (помидоров и огурцов)на р/м Көкөніс салаты ш/м (қызанақ және қыяр) Кисель Шай/Чай Нан/Хлеб	300гр 150гр 100гр 200гр 200гр 200гр	100 гг 120гг 100 гг 40гг 40гг 10гг

Медработник школы:

Муржакупова А.Т.