

"БЕКІТІЛДІ"

Қызылорда облысының денсаулық сақтау басқармасының басшысы



О. Искаков

2026 ж.

"КЕЛІСІЛДІ"

Қызылорда облысының білім басқармасының басшысы



А. Есжанов

2026 ж.

Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрілігі Санитариялық-эпидемиологиялық бақылау комитетінің "Үлгілік перспективалық мектеп мәзірін бекіту туралы" 2024 жылғы 25 желтоқсандағы №135-НҚ бұйрығына өзгеріс енгізу туралы 2025 жылғы 27 тамыздағы №103-НҚ бұйрығына сәйкес

Төрт апталық перспективалық мектеп мәзірі (қыс-көктем)

1 апта 1-күн

Тағамның атауы	Шығым, г		Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып			15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Қакао сүтпен	200	200	200	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				550,00	110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	345,41	370,36	402,81
Рационның жалпы бағасы											400,68	429,62	467,26
Рационның 16% КҚС ескергендегі бағасы											499,29	573,7	612,06
Калория мөлшері, ккал											12,74	14,87	16,03
Ақуыз											11,33	12,65	13,49
Майлар											85,89	99,14	105,68
Көмірсулар													

Handwritten signatures and initials on the right side of the page.

1 апта 2-күн

Тағамның атауы	Шығамы, г			Тағамның сұрамы	Баға	Брутто, г			Сонысы			Дейін тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сыыр етінен жасалған митболдар	70	90	100	сыыр еті (суықсіз) бидай наны	5100,00 426,00	110 13	118 15	140 17	561,00 5,54	601,80 6,39	714,00 7,24	579,95	621,85	738,15
				пиыз	250,00	7	8	9	1,75	2,00	2,25			
				тұуық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсімдік майы	850,00	5	5	7	4,25	4,25	5,95			
				сарымсақ	800,00	5	5	5	4,00	4,00	4,00			
				Йолталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				Йолталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				Бидай ұны жоғарғы сортты	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				қызынақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир: Пісірілген макарон өнімі	130	150	180	макарон	630,00	47	54	64	29,61	34,02	40,32	55,82	70,65	82,16
				Йолталған тұз	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	5	7	8	26,05	36,47	41,68			
Қаттық 2,5 % Бидай және кара бидай наны	150	150	150	қаттық 2,5 % бидай және кара бидай наны	620,00	150	150	150	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40		550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационалның жалпы бағасы												788,29	853,27	983,83
Рационалның 16% ҚҚ ескергендегі бағасы												914,41	989,79	1141,25
Калория мөлшері, ккал												493,80	600,95	713,30
Ақуыз												28,15	32,75	38,35
Майлар												17,35	20,00	22,05
Көмірсулар												50,20	65,30	87,10

1 апта 4 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Балық етінен фишболдар	70	90	100	балық (тартылған) пияз	3700,00	99	108	128	366,30	399,60	473,60	398,91	437,21	522,51
				тауық жұмыртқасы	250,00	6	10	10	1,50	2,50	2,50			
				өсімдік майы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				кепкен нан ұнтағы (сыртына)	850,00	2	2	2	1,70	1,70	1,70			
				кепкен нан ұнтағы (күрамына)	2000,00	3	3	5	6,00	6,00	10,00			
				кепкен нан ұнтағы	2000,00	10	12	15	20,00	24,00	30,00			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
Гарнир: картоп езбесі	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,00
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				йодталған тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кепкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
				капт	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	Бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы												552,84	643,09	723,01
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												641,29	745,98	838,69
Калория мөлшері, ккал												323,30	408,85	453,70
Ақуыз												15,60	21,00	23,40
Майлар												6,6	9,35	18,6
Көмірсулар												47,2	57,7	65,8

1 апта 5 күн

Тагамның атауы	Шығамы, г		Тагамның сұрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тагамның құны				
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып			15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	
"Горное солнце" салаты	60	80	100		40	56	72	12,40	17,36	22,32	50,43	61,98	77,53		
Палау жылқы етімен	200 (40/160)	220 (50/170)	250 (60/200)	аккауданды қырыққабат	310,00	100	120	140	510,00	612,00	714,00	572,63	679,67	794,08	
				сәбіз	270,00	20	23	26	5,40	6,21	7,02				
				балғын қияр	2000,00	15	17	21	30,00	34,00	42,00				
				өсімдік майы	850,00	3	5	7	2,55	4,25	5,95				
				йодталған тұз	80,00	1	2	3	0,08	0,16	0,24				
				жылқы еті (сүйексіз)	5100,00	100	120	140	510,00	612,00	714,00				
				күріш	630,00	50	55	70	31,50	34,65	44,10				
				өсімдік майы	850,00	4	5	7	3,40	4,25	5,95				
				пияз	250,00	13	15	18	3,25	3,75	4,50				
				сәбіз	270,00	16	18	19	4,32	4,86	5,13				
Балғын алма суусыны	200	200	200	укроп	2000,00	10	10	10	20,00	20,00	20,00				
				йодталған тұз	80,00	2	2	5	0,16	0,16	0,40				
				балғын алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25				
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50				
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	су		120	120	0,00	0,00	0,00					
				бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00	
Рационның жалпы бағасы											746,81	873,65	1006,36		
Рационның 16% КҚС ескергендегі бағасы											866,30	1013,43	1167,38		
Калория мөлшері, ккал											471,80	555,55	643,90		
Ақуыз											22,30	25,40	27,50		
Майлар											9,20	11,55	13,80		
Көмірсулар											69,80	81,50	69,20		

2 апта 1 күн

Тагамның атауы	Шығымы, г			Тагамның есрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тагамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тары ботқасы	200	230	250	тары жармасы сары май Йодталған тұз сүт 2,5% қант	630,00 5210,00 80,00 650,00 550,00	30 10 2,0 140 5	35 10 2,0 140 6	40 10 2,0 180 7	18,90 52,10 0,16 78,00 2,75	22,05 52,10 0,16 91,00 3,30	25,20 52,10 0,16 117,00 3,85	151,91	168,61	198,31
Какао сүтпен	200	200	200	какао ұнтағы сүт 2,5% су қант	5500,00 650,00 550,00 750,00	4 100 110 10	4 100 110 10	4 100 110 10	22,00 65,00 0,00 5,50	22,00 65,00 0,00 5,50	22,00 65,00 0,00 5,50	92,50	92,50	92,50
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Районның жалпы бағасы												345,41	370,36	402,81
Районның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												400,68	429,62	467,26
Калория мөлшері, ккал												472,12	542,45	578,10
Ақуыз												12,64	14,76	15,90
Майлар												11,57	12,93	13,79
Көмірсулар												78,78	90,97	96,8

2 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығым, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны			
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	
Сыр етінен жасалған болонкөз пастасы	200	220	250	сыр еті (тартылған) пиез сәбіз	5100,00 250,00 270,00	95 15 15	100 15 15	122 15 15	484,50 3,75 4,05	510,00 3,75 4,05	622,20 3,75 4,05	552,70	582,20	705,74	
				өсімдік майы	850,00	3	4	5	2,55	3,40	4,25				
				қызанақ пастасы	2200,00	6	6	8	13,20	13,20	17,60				
				сарымсақ	800,00	6	6	8	4,80	4,80	6,40				
				Йодталған тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24				
				макарон	630,00	63	68	75	39,69	42,84	47,25				
Қатық 2,5 %	150	150	150	қатық 2,5 %	620,00	150	150	150	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00	
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	Бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00	
Рационның жалпы бағасы												656,70	694,45	820,74	
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												761,77	805,56	952,06	
Калория мөлшері, ккал												460,10	530,55	588,80	
Ақуыз												30,35	33,95	37,55	
Майлар												9,45	10,80	12,15	
Көмірсулар												60,50	71,00	78,80	

2 апта 3 күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны				
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып
Сүт қосылған көжесі	200	230	250	күрші қарақұмық сары май йодталған тұз сүт 2,5% қант	630,00	20	25	30	12,60	15,75	18,90	158,21	174,91	207,76		
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық" суыны	200	200	200	лимон	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	27,00	27,00	27,00	27,00	27,00
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75	66,75	66,75	66,75	66,75	66,75
				қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50	5,50
				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Билдай және қара билдай наны	20	35	40	билдай және қара билдай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25
Районның жалпы бағасы												358,46	383,41	419,01		
Районның 16% КҚС ескергендегі бағасы												415,81	444,76	486,05		
Калория мөлшері, ккал												442,70	478,65	492,80		
Ақуыз												9,66	10,88	12,32		
Майлар												8,35	8,76	9,25		
Көмірсулар												83,32	91,16	95,52		

2 апта 4 күн

Тагамның атауы	Шығым, г			Тагамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тагамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қаймақ қосылған бұқтырылған тауық еті	70	90	100	күс еті (филе) қаймақ 20% жоғарғы сортты бидай ұны сары май	3500,00 2103,00 350,00 5210,00	94 10 3 4	107 10 5 6	115 10 5 8	329,00 21,03 1,05 20,84	374,50 21,03 1,75 31,26	402,50 21,03 1,75 41,68	372,08	428,70	467,12
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	Йодталған тұз сары май қаймақ 20%	80,00 5210,00 2103,00	2,0 3 10	2,0 3 10	2,0 3 10	0,16 15,63 21,03	0,16 15,63 21,03	0,16 15,63 21,03	48,52	48,52	48,52
Гарнир. қартоп езбесі	130	150	180	Йодталған тұз жоғарғы сортты бидай ұны қызанақ пастасы	80,00 350,00 2200,00	2 2 5	2 2 5	2 2 5	0,16 0,70 11,00	0,16 0,70 11,00	0,16 0,70 11,00	103,43	147,13	139,00
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	кәртөп сүт 2,5% Йодталған тұз сары май кепкен жеміс қант су	350,00 650,00 80,00 5210,00 1700,00 550,00	150 22 2,0 7 20 10	174 24 2,00 7 20 10	207 30 2,00 9 20 10	52,50 14,30 0,16 36,47 34,00 5,50	60,90 15,60 0,16 36,47 34,00 5,50	72,45 19,50 0,16 46,89 34,00 5,50	39,50	39,50	39,50
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Районның жалпы бағасы												574,53	683,10	716,14
Районның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												666,45	792,40	830,72
Калория мөлшері, ккал												401,60	505,55	525,40
Ақуыз												26,10	30,60	33,10
Майлар												14,00	18,95	20,40
Көмірсулар												42,10	52,50	57,00

2 япта 5 күн

Тагамның атауы	Шығымы, г			Тагамның құрамы	Баға	Брутто, г				Сомасы			Дайын тагамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	
"Торное солнце" салаты	60	80	100	акқауланлы қырыққабат сөбіз	310,00	40	56	72	12,40	17,36	22,32	50,43	61,98	77,53	
Асылған жылқы еті тұздықпен	60/100	80/130	100/150	балғын қияр	2000,00	15	17	21	30,00	34,00	42,00				
				өсімдік майы	850,00	3	5	7	2,55	4,25	5,95				
				Йолталған тұз	80,00	1	2	3	0,08	0,16	0,24				
				жылқы еті (сүйексіз)	5100,00	120	126	138	612,00	642,60	703,80	647,39	684,91	762,54	
Балғын алма сусыны	200			Йолталған тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24				
				пияз	250,00	25	30	45	6,25	7,50	11,25				
				сорпа					0,00	0,00	0,00				
				жайма	630,00	46	55	75	28,98	34,65	47,25				
				балғын алма	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75	
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	қант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50				
				су		120	120	120	0,00	0,00	0,00	11,00	19,25	22,00	
				Бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40							
Районның жалпы бағасы															
Районның 16% КҚС ескергендегі бағасы															
Калория мөлшері, ккал															
Ақуыз															
Майлар															
Көмірсулар															
											821,57	878,89	974,82		
											953,02	1019,51	1130,79		
											474,80	580,25	697,50		
											27,80	33,20	38,60		
											10,10	12,65	15,50		
											59,50	73,00	94,10		

3 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығамы, г			Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Какао сүтпен	200	200	200	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
					110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы											345,41	370,36	402,81
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы											400,68	429,62	467,26
Калория мөлшері, ккал											499,29	573,70	612,06
Ақуыз											12,74	14,87	16,03
Майлар											11,33	12,65	13,49
Көмірсулар											85,89	99,14	105,68

3 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығамы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Бұқтырылған ет көкөністермен (сiыр немесе жылқы етi)	70	90	100	жылқы немесе сiыр етi (судехсiз)	5100,00	100	105	110	510,00	535,50	561,00	525,36	552,21	580,91
				пiяз	250,00	8	8	12	2,00	2,00	3,00			
				бсiмдiк майы	850,00	3	3	4	2,55	2,55	3,40			
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	Йолталған тұз	80,00	2	2	2,0	0,16	0,16	0,16			
				кызанақ пастасы	2200,00	3	3	3	6,60	6,60	6,60			
				сбзiз	270,00	15	20	25	4,05	5,40	6,75			
				сары май	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				қаймақ 20%	2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
Гарнир: шашырап піскен қарақұмық көкөністермен	130	150	180	жоғарғы сортты бидай ұны	350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				Йолталған тұз	80,00	2	2	2,0	0,16	0,16	0,16			
				кызанақ пастасы	2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
				қарақұмық жармасы	630,00	40	48	55	25,20	30,24	34,65	141,19	167,15	195,26
				сбзiз	270,00	60	60	70	16,20	16,20	18,90			
				тәтті бұрыш	2100,00	40	45	50	84,00	94,50	105,00			
				Йолталған тұз	80,00	2,0	2	3	0,16	0,16	0,24			
Қатқак 2,5 %	150	150	150	сары май	5210,00	3	5	7	15,63	26,05	36,47	93,00	93,00	93,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	кетык 2,5 %	620,00	150	150	150	93,00	93,00	93,00	11,00	19,25	22,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	819,07	880,13	939,69
Рапционның жалпы бағасы														
Рапционның 16% КҚС ескергендегі бағасы														
Калория мөлшері, ккал														
Ақуыз														
Майлар														
Көмірсулар														
41,92														
55														
14,95														
16,9														
18,25														
21,25														
18,25														
498,5														
478,85														
1020,95														
880,13														
939,69														

3 апта 3 күн

Тағамның атауы	Шығарымы, г			Баға	Тағамның құрамы	Брутто, г			Сомасы			Дайыл тағамның құры		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тары ботқасы	200	230	250	630,00	тары лақсылы сары май	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				5210,00	Йолталған тұз	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				80,00	сүт 2,5% қант	2,0	2,0	180	0,16	0,16	0,16			
				650,00	Билдай және кара билдай наньы	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				550,00		5	6	7	2,75	3,30	3,85			
				550,00		20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Алма	120	120	120	750,00	алма	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық" сусыны	200	200	200	1800,00	лимон	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
				750,00	алма	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				550,00	қант	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
					су	150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Рационның жалпы бағасы														
Рационның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы														
Калория мөлшері, ккал														
Ақуыз														
Майлар														
Көмірсулар														
												352,16	377,11	409,56
												408,51	437,45	475,09
												413,42	483,75	519,40
												9,54	11,66	12,8
												8,47	9,83	10,69
												73,28	85,47	91,3

3 япта 4 күн

Тагамнын атауы	Шыгымы, г			Тагамнын сүрамы	Бага	Брутто, г			Сомасы			Дайын тагамнын куны		
	7-10 жас 4 сынып	1-11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	1-11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Балыктан етiнен фишболдар	70	90	100	Балык (тартылган)	3700,00	99	108	128	366,30	399,60	473,60	398,91	437,21	522,51
				пийз	250,00	6	10	10	1,50	2,50	2,50			
				твуык жуьмырткасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				өсiмдiк майы	850,00	2	2	2	1,70	1,70	1,70			
				кепкен нан ұптагы (сыртына)	2000,00	3	3	5	6,00	6,00	10,00			
				кепкен нан ұптагы (хұрамына)	2000,00	10	12	15	20,00	24,00	30,00			
				Йолталган тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
Гарнир: картоп есбесi	130	150	180	картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,00
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50			
				Йолталган тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16			
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кепкен жемiс сусыны	200	200	200	кепкен жемiс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
				кант	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Билдай және кара билдай наны	20	35	40	Билдай және кара билдай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационнын жалпы багасы												552,84	643,09	723,01
Рационнын 16% КҚС ескергендегi багасы												641,29	745,98	838,69
Калория мөлшерi, ккал												323,30	408,85	453,70
Акуыз												15,60	21,00	23,40
Майлар												6,60	9,35	18,60
Көмiрсулар												47,20	57,70	65,80

4 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығамы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г				Сомасы				Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250	күріш сары май Йодталған тұз сүт 2,5% қант	630,00 5210,00 80,00 650,00 550,00	30 10 2,0 140 5	35 10 2,0 180 6	40 10 2,0 180 7	18,90 52,10 0,16 78,00 2,75	22,05 52,10 0,16 91,00 3,30	25,20 52,10 0,16 117,00 3,85	151,91	168,61	198,31		
Қакао сүтпен	200	200	200	қакао ұнтағы сүт 2,5% су қант	5500,00 650,00 550,00 750,00	4 100 110 10	4 100 110 10	4 100 110 10	22,00 65,00 0,00 5,50	22,00 65,00 0,00 5,50	22,00 65,00 0,00 5,50	92,50	92,50	92,50		
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00		
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Районның жалпы бағасы												345,41	370,36	402,81		
Районның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												400,68	429,62	467,26		
Калория мөлшері, ккал												499,29	573,7	612,06		
Ақуыз												12,74	14,87	16,03		
Майлар												11,33	12,65	13,49		
Көмірсулар												85,89	99,14	105,68		

4 апта 2 күн

Тағамның атауы	Шығамы, г		Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г				Сомасы			Дайын тағамның құры	
	7-10 жас 4 сынып	1-11-14 жас 9 сынып			15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	1-11-14 жас 9 сынып
Сыыр етінен жасалған мигболлар	70	90	100	5100,00	110	118	140	561,00	601,80	714,00	579,95	621,85	738,15
				426,00	13	15	17	5,54	6,39	7,24			
				250,00	7	8	9	1,75	2,00	2,25			
				650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55			
				850,00	5	5	7	4,25	4,25	5,95			
				800,00	5	5	5	4,00	4,00	4,00			
				80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
Қаймақты-томат тұздылығы	25	25	25	5210,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
				2103,00	10	10	10	21,03	21,03	21,03			
				80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				350,00	2	2	2	0,70	0,70	0,70			
				2200,00	5	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир: Пісірілген макарон өңімі	130	150	180	630,00	47	54	64	29,61	34,02	40,32	55,82	70,65	82,16
				80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16			
				5210,00	5	7	8	26,05	36,47	41,68			
Қаттық 2,5 %	150	150	150	620,00	150	150	150	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы											788,29	853,27	983,83
Рационның 16% КҚС ескерілгендегі бағасы											914,41	989,79	1141,25
Калория мөлшері, ккал											493,80	600,95	713,30
Ақуыз											28,15	32,75	38,35
Майлар											17,35	20,00	22,05
Көмірсулар											50,20	65,30	87,10

4 апта 3-ші күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүт қосылған көжесі	200	230	250	күріш қарасұмдық сары май йодталған тұз сүт 2,5% қант	630,00	20	25	30	12,60	15,75	18,90	158,21	174,91	207,76
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық" сусыны	200	200	200	лимон алма қант су	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Районның жалпы бағасы												358,46	383,41	419,01
Районның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												415,81	444,76	486,05
Қалония мөлшері, ҚҚЫ												442,70	478,65	492,80
Ақуыз												9,66	10,88	12,32
Майлар												8,35	8,76	9,25
Қоғамдық												83,32	91,16	95,52

4 апта 4-ші күн

Тағамның атауы	Шығым, г			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г				Сомасы				Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		
Қаймақ қосылған бұқтырылған тауық еті	70	90	100	құс еті (филе) қаймақ 20% жоғарғы сортты бидай ұны сары май йодталған тұз	3500,00 2103,00 350,00 5210,00 80,00	94 10 3 4 2,0	107 10 5 6 2,0	115 10 5 8 2,0	329,00 21,03 1,05 20,84 0,16	374,50 21,03 1,75 31,26 0,16	402,50 21,03 1,75 41,68 0,16	372,08 428,70	428,70	467,12		
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	сары май қаймақ 20% йодталған тұз	5210,00 2103,00 80,00	3 10 2	3 10 2	3 10 2	15,63 21,03 0,16	15,63 21,03 0,16	15,63 21,03 0,16	48,52	48,52	48,52		
Гарнир: картоп езбесі	130	150	180	картоп сүт 2,5% йодталған тұз	350,00 650,00 80,00	150 22 2,0	174 24 2,00	207 30 2,00	52,50 14,30 0,16	60,90 15,60 0,16	72,45 19,50 0,16	103,43	147,13	139,00		
Кепкен жеміс сусыны	200	200	200	сары май кепкен жеміс қант су	1700,00 550,00	20 10 200	20 10 200	20 10 200	34,00 5,50 0,00	34,00 5,50 0,00	34,00 5,50 0,00	39,50	39,50	39,50		
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Районның жалпы бағасы												574,53	683,10	716,14		
Районның 16% ҚҚС ескергендегі бағасы												666,45	792,40	830,72		
Калория мөлшері, ккал												401,60	505,55	525,40		
Ақуыз												26,10	30,60	33,10		
Майлар												14,00	18,95	20,40		
Көмірсулар												42,10	52,50	57,00		

4 апта 5-ші күн

Тағамның атауы	Шығым, г			Баға	Тағамның құрамы	Брутто, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Горное солнце салаты	60	80	100		акқауланды қырықхабат сәбіз	40	23	26	12,40	5,40	7,02	50,43	61,98	77,53
Нарын	75/100/100	75/100/100	75/100/100		балғын қияр өсімдік майы Йодталған тұз жылқы еті (сүйексіз) Йодталған тұз	15	5	7	30,00	4,25	4,25	661,39	661,39	661,39
Балғын алма сусыны	200	200	200		пияз сорпа кеспе балғын алма қант су	100	100	100	3,75	3,75	3,75	112,75	112,75	112,75
Бидай және кара Бидай наны	20	35	40		Бидай және кара Бидай наны	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы														
Рационның 16% КҚС ескергендегі бағасы														
Калория мөлшері, ккал														
Ақуыз														
Майлар														
Көмірсулар														
835,57														
969,26														
308,50														
26,80														
6,10														
31														
855,37														
992,23														
355,35														
28,00														
7,25														
38,6														
873,67														
1013,46														
379,70														
28,60														
8,30														
41,6														

Орташа тамақтану құны 723 тг. (16% КҚС). (7-10 жас 662,1 тг, 11-15 жас 714,7 тг, 16-18 жас 791,7 тг)