



Ақтөбе облысының әкім басқармасының
басшысының орынбасары Н. Берісбаева

Ақтөбе облысы бойынша жалпы бағам беретін мектептің бірінші сынып балаларына ағаштың тарықын
тесті астық, тамықын ұйымдастыруға арналған 2 айдағы АС М.ЭНП

2023 жыл

АС М.ЭНП бойынша тексерілген тіндік бағам 507 теңге

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет тефтелеу соусымен	55/50	65/50	75/50	сирік сүт	105	115	125
				пияз	20	25	31
				өсімдік майы	4	5	6
				күріш	5	9	11
				жұмыртқа	3	4	5
				зир	5	6	8
				қызылқанды пастасы	6	6	6
				сәбіз	20	22	25
Макаронны	100	130	150	макаронны	33	43	55
Сүт	200	200	200	сары май	2	3	5
Ара балы	15	15	15	сүт	200	200	200
Сүзбеге	100	100	100	ара балы	15	15	15
Нан	20	35	40	сүзбеге	100	100	100
				ондай наны	20	35	40

1 аяғы
2-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау тауық етінен	150	180	200	Тауық ет	117	138	160
				өсімдік майы	8	10	11
				сәбіз	18	20	24
				пияз	15	17	19
				күріш	50	60	68
Ақ қауалды қырықсабат салаты	60	70	80	ақ қауалды қырықсабат	50	60	70
				шоптесіп /петрушка/	6	8	10
				сәбіз	20	25	30
				өсімдік майы	3	4	5
Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				кәбіт	10	10	10
				зимой қышқылы	0,1	0,1	0,1
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бүлдір наны	20	35	40

1 аяғы
3-ші күні

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет котлеті соусымен	50/50	60/50	70/50	сирік сүт	105	115	125
				пияз	20	25	27
				өсімдік майы	5	6	7
				нан	14	16	18
				жұмыртқа	4	5	6
				зир	5	6	8
				қызылқанды пастасы	6	6	6
				сәбіз	25	25	25
Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	4	5	6
				бүлдір наны	1	1	1

Карабулак
№138
Бийиктик
Кыргыз Республикасынын
Башкы калаасы
Бишкек

Кырыккабат пен кыяр салаты	60	70	80	кырыккабат	48	56	64
				кыяр	12	15	19
				пиыз	8	11	13
				ошмалык майы	5	6	7
				болоттон туу	20	25	30
Сок	200	200	200	Сок	200	200	200
Жемиштер	150	150	150	Жемиштер	150	150	150
Нан	20	35	40	Булгантаны	20	35	40

1 апта
4-ші күн

Тагаамдын атауы	Тагаамдын шыгуулары			Тагаамдын ингредиенттери	Брутто		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Сүзбөсөдөн запеканка	150	150	150	сүзбөсө	160	160	160
				жарма үңгөсү	10	10	10
				кант	12	12	12
				жумартма	4	5	6
				сары май	5	5	5
				ун	5	5	5
				каймак	45	45	45
Бултырылган балык	60/50	70/50	80/50	балык	123	143	163
				ун	7	9	11
				ошмалык майы	7	9	11
				сөбө	21	23	25
				пиыз	20	23	27
				болоттон туу	1	1	1
				күрүш	27	48	55
Көтүрүлгөн жемс компоты	200	200	200	сары май	5	7	9
				болоттон туу	1	1	1
				көтүрүлгөн жемс	18	18	18
Нан	20	35	40	кант	20	20	20
				булгантаны	20	35	40

1 апта
5-күн

Тагаамдын атауы	Тагаамдын шыгуулары			Тагаамдын ингредиенттери	Брутто		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Картоп сиыр етмен	150	180	200	сиыр ет	90	107	118
				пиыз	18	18	29
				ошмалык майы	6	7	8
				кызынак пастасы	7	8	9
				картоп	150	180	200
Айран	200	200	200	айран	200	200	200
Ара балы	10	10	10	ара балы	10	10	10
Нан	20	35	40	булгантаны	20	35	40
Жемиштер	150	150	150	Жемиштер	150	150	150

2 апта
1-ші күн

Тагаамдын атауы	Тагаамдын шыгуулары			Тагаамдын ингредиенттери	Брутто		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Палау сиыр етмен	150	180	200	сиыр ет	100	107	107
				пиыз	18	16	17
				ошмалык майы	8	10	11
				картоп	21	21	21
				болоттон туу	1	1	1
				сүзбө	15	15	15
				жумартма	4	4	4
Сүзбөсө	100	100	100	Сүзбөсө	100	100	100
Ара балы	15	15	15	Ара балы	15	15	15
Сүт	200	200	200	Сүт	200	200	200
Нан	20	35	40	булгантаны	20	35	40

2 апта

2-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Тауық еті	70	80	100	тауық еті	110	150	170
				пищ	15	18	20
				осымдық майы	6	7	8
				көптірілген нан	8	9	10
				сәбіз	1	1	1
Пырағи сары май	100	130	150	сары май	13	13	20
				макарон	33	43	55
				сары май	1	1	3
Сүзбемен запеканка	150	150	150	сүзбемен	166	166	166
				жарма ұнтағы	10	10	10
				жұмыртқа	4	5	6
				сары май	5	5	5
				сәбіз	5	5	5
Ая балы	10	10	10	ая балы	45	15	15
Айран	200	200	200	айран	12	12	12
Нан	20	35	40	нан	10	10	10
				бұлағанды	200	200	200
					20	35	40

2 апта

3-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
Ет бітештері	50/50	60/50	70/50	сире ет	105	115	125
				бұлағанды	11	16	18
				пищ	20	23	27
				көптірілген нан	8	9	10
				осымдық майы	5	6	7
				жұмыртқа	4	5	6
				кышпақ пастасы	5	7	10
				сәбіз	25	25	25
Бытырап піскен қарақұмық	100	130	150	қарақұмық жармасы	48	62	71
				сары май	5	7	10
Көптірілген жеміс компоты	200	200	200	көптірілген жеміс	18	18	18
				қант	20	20	20
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бұлағанды	20	35	40

2 апта

4-ші күн

Тағамның атауы	Тағамның шығымы, г			Тағамның ингредиенттері	Брутто, г		
	7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас		7-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
<i>16 қызулар бұлағанды сәбіз</i>	60	70	80	ақ қызулар	50	60	70
				сәбіз	30	32	35
				осымдық майы	3	5	6
				пищ	6	8	10
				балық	123	143	163
Бұқтырылған балық	60/50	70/50	80/50	УП	7	9	11
				осымдық майы	7	9	11
				сәбіз	21	23	25
				пищ	20	23	27
				балықтан тұз	1	1	1
Картоп	100	130	150	картоп	126	150	171
				сүт	17	22	26
				сары май	7	9	10
Кисель	200	200	200	кисель	24	24	24
				қант	10	10	10
				лимон қышқылы	0.1	0.1	0.1
Жемістер	150	150	150	Жемістер	150	150	150
Нан	20	35	40	бұлағанды	20	35	40

2 апта

5-ші күн

Тағалым атуы	Тағалым берілетін жері			Тағалым берілетін мәртебелері	Тағалым берілетін мәртебелері		
	7-10 ж.	11-14 ж.	15-18 ж.		7-10 ж.	11-14 ж.	15-18 ж.
Талауы (жаңа) етпен және күршім, соуспен	200	200	200	ж.к.д.д.д.д.д.	103	101	103
				ж.к.д.д.д.д.д.	103	106	106
				ж.к.д.д.д.д.д.	103	101	103
				ж.к.д.д.д.д.д.	103	101	103
				ж.к.д.д.д.д.д.	103	101	103
				ж.к.д.д.д.д.д.	103	101	103
ж.к.д.д.д.д.д.	150	150	150	ж.к.д.д.д.д.д.	150	150	150
ж.к.д.д.д.д.д.	200	200	200	ж.к.д.д.д.д.д.	200	200	200
ж.к.д.д.д.д.д.	20	35	40	ж.к.д.д.д.д.д.	20	35	40

5051

«СР»