

Утверждаю  
Заведующая школьной столовой



Утверждаю

АС МЭЗІРІ (кыс-коктем)/ МЕНЮ (тима-весна)

02.12.2025

| Тағамдардың атауы /<br>Наименование | Тағамның шығуы / Выход<br>блюда, г |                    |                    | Тағамның ингредиенттері /<br>Ингредиенты блюда | Нетто, г          |                    |                    |
|-------------------------------------|------------------------------------|--------------------|--------------------|------------------------------------------------|-------------------|--------------------|--------------------|
|                                     | 7-10 жас /<br>лет                  | 11-14 жас<br>/ лет | 15-18 жас<br>/ лет |                                                | 7-10 жас /<br>лет | 11-14 жас<br>/ лет | 15-18 жас<br>/ лет |
| Бәжики из говядины                  | 70/20                              | 90/30              | 100                | говядина                                       | 57                | 67                 | 79                 |
|                                     |                                    |                    |                    | рис                                            | 5                 | 8                  | 17                 |
|                                     |                                    |                    |                    | лук репчатый                                   | 8                 | 18                 | 27                 |
|                                     |                                    |                    |                    | яйцо куриное                                   | 5                 | 5                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | мука 1 сорт                                    | 2                 | 2                  | 4                  |
|                                     |                                    |                    |                    | молоко 2,5%                                    | 17                | 25                 | 25                 |
|                                     |                                    |                    |                    | масло сливочное                                | 2                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | йодированная соль                              | 0,2               | 0,3                | 0,3                |
| Поджаривка горошек                  | 30                                 | 30                 | 30                 | горошек зеленый                                | 30                | 30                 | 30                 |
| Соус молочно-томатный               | 20                                 | 20                 | 20                 | молоко                                         | 10                | 10                 | 10                 |
|                                     |                                    |                    |                    | мука 1 сорт                                    | 3                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | масло сливочное                                | 3                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | томатная паста                                 | 3                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | макаронны                                      | 46                | 52                 | 63                 |
| Макаронны отварные                  | 130                                | 150                | 180                | йодированная соль                              | 0,1               | 0,2                | 0,3                |
|                                     |                                    |                    |                    | масло сливочное                                | 5                 | 5                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | яблоки свежие                                  | 100               | 100                | 100                |
| Компот из свежих яблок с<br>изюмом  | 200                                | 200                | 200                | изюм                                           | 5                 | 5                  | 5                  |
|                                     |                                    |                    |                    | сахар                                          | 3                 | 3                  | 3                  |
|                                     |                                    |                    |                    | хлеб ржано-пшеничный                           | 30                | 50                 | 50                 |
| Хлеб ржано-пшеничный                | 30                                 | 50                 | 50                 |                                                |                   |                    |                    |

Асхана жетекшісі С. Кудимова *AK*  
Медбике Т. Бессенова *БН*

