

06 с. 12

107-14-02-92

Білім беру ұйымдарының басшыларына

Астана қаласының Білім басқармасы (бұдан әрі – Басқарма) 2016-2017 оқу жылынан бастап мектеп асханасындағы тамақтану сапасына мониторинг жасап келеді. Аталмыш сұрақ әрдайым әлеуметтік желілерде де бір талай көтеріліп, ата-аналар тарапынан балаларға ұсынылатын тамақтың құнарсыздығы, салмағының аздығы, әрдайым тағамның салқын болуы сияқты арыз-өтініштердің саны күн сайын көбеюде.

Осыған орай, аталмыш мәселенің маңыздылығын ескере отырып, Басқарма тарапынан «Қазақ Тағамтану Академиясының Тағамтану проблемалары институты» ЖШС бірлесіп, 2018 жылға жаңадан жалпы білім беру мекемелері оқушыларының тамақтандырылуын ұйымдастыру үшін ауысымдық төрт апталық ас мәзірі әзірленіп, келісілді. Аталмыш ас мәзірін ү.ж. 12 ақпаннан бастап қолданысқа енгізу қажет.

Егер мектеп асханасындағы қызмет беруші ұсынылған ас мәзірімен келіспеген жағдайда, көрсетілетін қызмет берушіні таңдау жөнінде мемлекеттік сатып алу конкурсын жаңадан өткізу қажет екендігін хабарлаймыз.

Қосымша __ п.

Басқарма басшысының
орынбасары



Д.Жекебаев

Орынд.: Ә. Үсенова
Тел.: 556874



Х.О.А.
107-14-02-93

**Білім беру ұйымдарының
басшыларына**

Астана қаласының Білім басқармасы 2018 жылға Астана қаласы жалпы білім беру мекемелері оқушыларының тамақтандырылуын ұйымдастыру үшін ауысымдық төрт апталық ас мәзірін жолдайды.

Қосымша __ п.

**Басқарма басшысының
орынбасары**



Д.Жекебаев

Орынд.: Ә. Үсенова
Тел.: 556874

Осымен бірге

«СОГЛАСОВАНО»

Директор Института
проблем питания
Казахской академии питания

 Даленов Е.
«30» 09 2018 год

УТВЕРЖДЕНО:

Руководитель Управления
образования города Астаны
 Жангозин А.

«30» 09 2018 год

4-х недельное меню блюд

для организации питания учащихся в общеобразовательных
организациях образования города Астаны на 2018 год
(зима-весна)

I неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Тефтели мясные	80
Гарнир: гречка рассыпчатая	100
Мед пчелиный	10
Груша	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	897

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих овощей	60
Жаркое по-домашнему	200
Кисель из плодов шиповника	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	775

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушеная	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	877

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из моркови	60
Тефтели из судака	80
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Сок мультивитаминный	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	718

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Котлеты мясные	75/5

Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100
Мед пчелиный	10
Сүзбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	927

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат свекольный с сыром	60
Куры отварные	80
Гарнир: перловка	100
Компот из сухофруктов	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	774

II неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Зразы рубленые	80
Гарнир: перловка	100
Мед пчелиный	10
Груша	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	844

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из белокочанной капусты	60
Жаркое по-домашнему	200
Компот из смеси сухофруктов	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	769

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Плов (говядина)	150/50
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	818

4-й день

Наименование	Выход блюда, г
Салат из свежих овощей	60
Судак тушеный	75/50
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Сок персиковый	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	809

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Биточки мясные	75/5
Гарнир: рис припущенный	100
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	899

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат витаминный (2 вариант)	60
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушеная	100
Кисель с витамином С	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	936

III-неделя**1-й день**

Наименование блюд	Выход блюда, г
Говядина тушеная (поджарка)	80
Гарнир: гречка рассыпчатая	100
Мед пчелиный	10
Яблоко	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	989

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из моркови	60
Куры отварные	80
Гарнир: макароны отварные	100
Сок мультивитаминный	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	786

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Зразы рубленые	80
Гарнир: рис припущенный	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	863

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих овощей	60
Судак припущенный	75/50

Гарнир: пюре картофельные	100
Кисель из плодов шиповника	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	826

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Рагу (говядина)	140/60
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	748

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат свекольный с сыром	60
Голубцы с мясом и рисом	200
Компот из сухофруктов	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	819

IV неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Плов (говядина)	150/50
Мед пчелиный	10
Груша	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	885

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат витаминный (2 вариант)	60
Зразы рубленые	80
Гарнир: перловка	100
Сок мультивитаминный	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	910

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушеная	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	881

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат свекольный	60
Котлеты рыбные	80
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Компот из сухофруктов	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	751

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Куры отварные	80
Гарнир: гречка рассыпчатая	100
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	742

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих овощей	60
Жаркое по-домашнему	200
Кисель с витамином С	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	895

(лето-осень)

I неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Куры отварные	80
Гарнир: гречка рассыпчатая	100
Мед пчелиный	10
Груша	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	742

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих огурцов	60
Перец фаршированный с мясом и рисом	200
Кисель из плодов шиповника	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	846

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушеная	100
Яблоко	200

Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	881

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	60
Котлеты рыбные	80
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Компот из свежих плодов	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	920

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Плов (говядина)	150/50
Мед пчелиный	10
Сүзбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	831

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат витаминный	60
Гуляш	60
Гарнир: перловка	100
Сок мультивитаминный	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	849

II неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Рагу (говядина)	140/60
Мед пчелиный	10
Груша	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	748

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из моркови с яблоками	60
Голубцы с мясом и рисом	200
Компот из сухофруктов	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	868

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Тефтели мясные	80

Гарнир: гречка рассыпчатая	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	871

4-й день

Наименование	Выход блюда, г
Салат из свежих овощей	60
Судак припущенный	75/50
Гарнир: пюре картофельное	100
Кисель с витамином С	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	711

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Зразы рубленые	80
Гарнир: рис припущенный	100
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	898

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих помидоров	60
Куры отварные	80
Гарнир: макароны отварные	100
Сок мультивитаминный	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	821

III-неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Котлеты мясные	75/5
Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100
Мед пчелиный	10
Яблоко	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	927

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из сладкого перца с зеленью	60
Куры отварные	80
Гарнир: перловка	100
Компот из свежих плодов	200

Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	828

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушеная	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	877

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих помидоров и огурцов	60
Тефтели из судака	80
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Сок мультивитаминный	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	739

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Перец фаршированный с мясом и рисом	200
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	942

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат витаминный	60
Жаркое по домашнему	200
Кисель из плодов шиповника	200
Груша	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	789

IV неделя

1-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Биточки мясные	75/5
Гарнир: рис припущенный	100
Мед пчелиный	10
Яблоко	200
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	899

2-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из белокочанной капусты	60

Азу	200
Компот из свежих плодов	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	828

3-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Гуляш	60
Гарнир: перловка	100
Яблоко	200
Кефир	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	792

4-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат с огурцами и зеленью	60
Судак тушеный	75/50
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/26
Сок персиковый	200
Яблоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	724

5-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Плов (говядина)	150/50
Мед пчелиный	10
Сузбеше	100
Молоко	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	853

6-й день

Наименование блюд	Выход блюда, г
Салат из свежих помидоров	60
Мясо тушеное (говядина)	80
Гарнир: капуста тушенная	100
Кисель с витамином С	200
Банан	200
Хлеб ржано-пшеничный	20
Калорийность, ккал	895