

Бала саны: 80

Орталық директоры:  Е. К. Коштаев

[illegible]

Бала саны: 80

Бекітемін:

Орталық директоры: Е. К. Коштаев

		80		2-күн													
		Танғы ас		Танғы ас		Түскі ас		Бесін ас		Көшкі ас		Түнгі ас		Барлық кг		Бағасы	
Азық-түлік атауы		маннанның сүт піскен конфеті нан сары май чай сүт		пешке піскен шұжық қамырмен		борщ (ет же қаймақ) пілауа етпен салат кияр қызылша		Кисель ,коржик,алма		Манты салат (помидор, лияз), нан-чай сүтпен ,Бүтерброд		кекс Сок		Алма		Барлық бағасы	
		гр		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг					
1	Бүтербөрт нан																
2	Сүт	300		24						20	1,6				1,6	0,25	1,6
3	С/май	90		7,2						50	4				28	0,62	28
4	Шемшеке м			0		28	2,24				0				7,2	2	7,2
5	Сиыр Еті			0		170	13,6			2	0,16				2,4	0,9	2,4
6	Қаймақ			0		10	0,8			70	5,6				19,2	3,8	19,2
7	Нан	40		3,2		60	4,8				0				0,8	0,65	0,8
8	Коржик			0			0	60	4,8	100	8				16	0,16	16
9	кант	10		0,8		25	2		0		0				0	0,25	1,2
10	Конфетъ	60		4,8			0		0		0				2,8	0,44	2,8
11	Кисель			0			0		0		0				4,8	1	4,8
12	Маннй	30		2,4			0	200	16		0				0	0,1	16
13	Орам жапырақ			0		60	4,8		0		0				2,4	0,3	2,4
14	Лимон қышқылы			0		2	0,16		0		0				4,8	0,32	4,8
15	Алманың Қағы			0		25	2		0		0				0,16	0,28	0,16
16	Укроп			0			0		0		0				2	0,9	2
17	Шұжық		20	0			0		0	10	0,8				0,8	0,15	0,8
18	Помидор			0		10	0,8		0		0				0	1	0
19	Ұн		40	0			0		0	100	8				8,8	1,15	8,8
20	Шай	0,2		0,2			0		0	40	3,2				3,2	0,26	3,2
21	Тұз	0,1		0,1		0,5	0,048		0	0,2	0,016				0,032	1	0,032
22	сок			0			0		0	0,4	0,032				0,088	0,13	0,088
23	Сарымсақ			0		40	3,2		0		0	200	16		0	0,5	8
24	Картон			0		180	14,4		0	30	2,4		0		5,6	0,2	5,6
25	Сәбіз			0		120	9,6		100	8	0		0		22,4	0,325	22,4
26	Алма			0			0		0		0				9,6	0,25	9,6
27	Сыр			0			0		0		0	100	8		0	0,65	5,2
28	дрожы			1	0		0		0	60	4,8		0		4,8	1,8	4,8
29	Қызылша					70	5,6		0		0		0		0	0,3	0
30	Бұрыш					8	0,64		0		0		0		5,6	0,26	5,6
31	Күріш					100	8		0	10	0,8		0		1,44	0,3	1,44
32	колосса						0		0		0		0		8	0,44	8
33	кекс						0		0	60	4,8				4,8	1,3	6,24
34	кияр					50	4					60	4,8		0	0,24	1,152
35															4	0,95	3,8
36																	204,112
																	80
																	2551,40

Е.К. Коштаев

3- күн

Баға саны:80				3- күн													
		Таңғы ас		Таңғы ас		Түскі ас		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас		Барлық кг	Бағасы	Барлық	
	Азық-түлік атауы	сүтке піскен тары Бүтерброт ірімшік,2- сорт нан, сары май чай сүт		Алмұрт Иогурт		Бұршақ сорпа сыыр еті , тефтели		Қарақұмық,ко мпют ,нан		Пирожки Айран		куырдақ картоппен, пирог етпен, кукуруз		нан,чай, орайналы, рақ, кукуруз		коржық Коино т.бана н.	
		гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг				
1	Бүтерброт кара	50	4											4	0,25	4	
2	Сүт	250	20											20	0,62	20	
3	Смай	30	2,4					8	0,64		20	1,6		4,64	2	4	
4	Шемшке м		0						0		20	1,6		1,6	0,9	1,6	
5	Сиыр Еті		0		200	16			0		210	16,8		32,8	3,8	32,8	
6			0			0			0		0			0		0	
7	Нан	40	3,2		100	8			0		100	8		19,2	0,16	19,2	
8	Коржик		0			0			0		0		60	4,8	0,25	4,8	
9	қант	10	0,8		25	2		8	0,64		8	0,64		4,08	0,44	3,44	
10	Бұршақ		0		50	4			0					0	0,23	4	
11	Ірімшік	10	0,8			0			0					0	0,8	1,6	
12	Тары	30	2,4			0			0					0	2,4	0,3	
13	Орам жалырақ		0			0			0					0	0,4	0,32	
14	Лимон қышқылы		0		2	0,16			0				2	0,2	0,32	0,28	
15	Алманың Қағы		0		25	2			0				25	2	4	0,9	
16	Шаи	0,2	0			0			0		0,2	0,016		0	0,032	1	
19	Тұз	0,2		0,4		0,032		0,2	0,016		0,6	0,048		0	0,112	0,13	
20	Сарымсақ		0		50	4			0		20	1,6		0	5,6	0,2	
21	Картол		0		30	2,4		20	1,6		200	16		0	20	0,325	
22	Сәбіз		0		50	4			0		30	2,4		0	6,4	0,23	
23	Алмұрт	100	8			0			0					0	8	0,9	
24	Сыр	60	4,8			0			0					0	4,8	1,8	
25	дрожжи					0		1	0,08		2	0,16		0	0,24	0,3	
26	Бурыш		0		10	0,8			0		9	0,72		0	1,52	0,3	
27	Айран		0			0		200	16					0	16	0,9	
28	колбаса	60	4,8			0								0	4,8	1,3	
29	Томат				20	1,6								0	1,6	1,6	
30	приправа		0		8	0,64								0	0,64	0,3	
31	Лавр жалырақ		0			0					5	0,4		0	0,4	0,25	
32	Иогурт	200	16			0								0	16	0,25	
33	Чеснок				18	1,44								0	1,44	3	
34	Күріш				20	1,6								0	1,6	0,44	
35	Қарақұмық				100	8								0	8	0,35	
36	Жұмыртқа				1	0,08								0	0,08	0,07	
37	Кукүруза										20	1,6		0	1,6	0,3	
38	Банан												1	0,1	0,08	0,3	
																0,024	
																203,352	
																80	
																2541,9	

Орталық директоры: Е.К. Коштаев

4- күн

Баға саны:80			4- күн			Бесін ас			Кешкі ас			Тұңғыш ас			Барлық қосынды			Бағасы			Барлық бағасы											
Азық-түлік атауы			Таңғы ас			Таңғы ас			Түскі ас			Бесін ас			Кешкі ас			Тұңғыш ас			Барлық қосынды			Бағасы			Барлық бағасы					
			Сүтке піскен сүлі, нан, сары май чай, шоколадты кампит			Айран Алма			Сорпа Харчо, нан сала тауық еті т.Витамин комп от рожжмен.			Пирожки шай қантпен ал мұрт			спагетти лапшасы өтпен, томат пен			Шай Сала т Қияр, помидор, приян			Айран банан											
			гр			кг			гр			кг			гр			кг			гр			кг								
1	Тауық еті							100	8													8				1,65		13,2				
1	Сүт	250		20					0					200	16							36				0,62		59,4				
2	С/май	35		2,8					0						0							2,8					2	4,62				
3	Өсімдік майы			0			24	1,92		10	0,8			20	1,6							4,32				0,9	7,128					
4	Сиыр Еті			0			70	5,6			0			100	8							13,6				3,8	22,44					
5	сұлы	50		4				0			0				0							4					6,6					
6	Нан	40		3,2			100	8			0											11,2				0,16	18,48					
7	спагетти			0				0			0			100	8							8					0,5	13,2				
8	кант	10		0,8			25	2		30	2,4			20	1,6							6,8				0,44	11,22					
10	рожки			0			100	8			0				0							8					1	13,2				
11	шоколадты кампит	60		4,8				0			0				0							4,8				1,3	7,92					
12	қияр			0			20	1,6			0			50	4							5,6				0,95	9,24					
13	Лимон қышқылы			0			2	0,16			0				0							0,16					0,264					
14	Алманың Қағы			0			25	2			0				0							2				0,9	3,3					
15	помидор			0			20	1,6			0			50	4							5,6				1,35	9,24					
16	Үн			0				0		40	3,2											3,2				0,26	5,28					
17	Шай	0,2		0,016				0		0,2	0,016			0,2	0,016							0,048				1	0,0792					
18	Гүз	0,2		0,016			0,6	0,048		0,2	0,016			0,4	0,032							0,112				0,13	0,1848					
19	Сарымсақ			0			30	2,4			0			20	1,6							4				0,2	6,6					
20	Картоп			0			200	16		20	1,6			20	1,6							19,2				0,325	31,68					
21	Сәбіз			0			50	4			0			20	1,6							5,6				0,23	9,24					
22	қарабұрыш			0			10	0,8			0				0							0,8				0,9	1,32					
23	Күрші			0			20	1,6			0				0							1,6				0,44	2,64					
24	дрожжы			0				0		2	0,16				0							0,16				0,3	0,264					
25	Бұрыш төтті			0			20	1,6			0				0							1,6				0,3	2,64					
26	Айран	200		16				0			0				0							200	16			32	0,9	52,8				
27	қант	10		0,8				0			0				0							0,8				1,3	1,32					
28	Томат			0			18	1,44			0			20	1,6							3,04				1,6	5,016					
29	алмұрт			0				0		100	8				0							8				0,3	13,2					
30	орам жапырақ			0			50	4			0			80	6,4							10,4				0,25	17,16					
31	прияник			0				0			0				0							4,8				0,25	7,92					
32	алма	1		0,08				0			0			60	4,8							0,08				3	0,132					
33	қызылша			0			20	1,6			0				0							1,6				0,25	2,64					
34	Бұрыш төтті			0				0			0			10	0,8							0,8				0,5	1,32					
35	чеснок			0				0			0			8	0,64							0,64				3	1,056					
36	приправа			0				0			0			8	0,64							0,64				0,3	1,056					
37	Банан			0				0			0											1	0,1			0,1	0,3	0,165				
																											363,165					
																											80					
																											4539,5625					

"Тарбағатай" спорттық сауықтыру демалыс орталығы.

Бекітемін:

Орталық директоры: Е.К. Коштаев

Бала саны: 80

5- күн

	Азық-түлік атауы	Танғы ас		Танғы ас		Түскі ас		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас		Барлық қ	Бағасы	Барлық
		Сүтке піскен күріш ботқасы, нан, сары май чай сүтпен, бутерброд нан	Тоқаш, кисель, вафли	вермишель, кежесиыр етіне, нан, компот, витамин, шк. конфет	тефтели қарақұмықпен салат витамин, шк. конфет	Пирожки (учпучмак) етпен Соқ	Пельмен, Салат, Помидор, қи	Бәліш, ірімшікпен, нан шай сүтпен	Йогурт, Кекс							
1	бутерброд нан	40	3,2											3,2	0,4	1,28
2	Сүт	250	20							100	8			28	0,62	17,36
3	С/май	65	5,2								0			5,2	2	2,08
4	Өсімдік майы		0	10	0,8	8	0,64	8	0,64		0			2,08	0,9	1,872
5	Сыыр Еті		0	170	13,6	40	3,2	120	9,6		0			26,4	3,8	100,32
6	вермишель		0	30	2,4		0		0		0			2,4	1	2,4
7	Нан	40	3,2	100	8		0	40	3,2		0			14,4	0,16	2,304
8	қарақұмық		0	100	8		0		0		0			8	0,5	4
9	қант	10	0,8		0		0	10	0,8		0			1,6	0,44	0,704
10	Күріш	30	2,4		0		0		0		0			2,4	0,44	1,056
11	тоқаш	60	4,8		0		0		0		0			4,8	0,22	1,056
12	қияр		0		0		0	50	4		0			4	0,95	3,8
13	кисель	200	16		0		0		0		0			16	0,3	4,8
14	Алманың Қағы		0	35	2,8		0		0		0			2,8	0,9	2,52
15	помидор		0	50	4		0	50	4		0			8	1,35	10,8
16	сыр	60	4,8		0		0		0		0			4,8	2	9,6
17	Шай	0,2	0,016		0		0	0,2	0,016		0,016			0,032	1	0,032
18	Тұз	0,2	0,016	0,6	0,048	0,2	0,016	0,2	0,016		0,016			0,032	0,13	0,1248
19	Сарымсақ		0	40	3,2	20	1,6	20	1,6		0			6,4	0,2	1,28
20	Картоп		0	100	8	60	4,8		0		0			12,8	0,325	4,16
21	Сәбіз		0	40	3,2		0	20	1,6		0			4,8	0,23	1,92
22	орамжапырақ		0	50	4		0		0		0			4	0,3	1,2
23	вафли	60	4,8		0		0		0		0			4,8	0,13	0,624
24	шоколадты конфет		0	60	4,8		0		0		0			4,8	1,5	7,2
25	жұмыртқа		0		0	1	0,08		0		0			0,08	0,07	0,0056
26	приправа		0	10	0,8		0	8	0,64		0			1,44	0,9	1,296
27	қант		0	35	2,8		0		0		0			2,8	0,43	1,204
28	Томат		0	20	1,6		0	10	0,8		0			2,4	1,6	3,84
29	укроп		0	7	0,56		0		0		0			0,56	0,3	0,168
30	лимон қышқылы		0	0,2	0,016		0		0		0			0,016	0,25	0,004
31	қарабұрыш		0	2	0,16		0		0		0			0,16	0,25	0,04
32	соқ		0	200	16		0		0		0			16	0,5	8
33	қызылша		0	50	4		0		0		0			4	0,25	1
34	қолбаса	60	4,8				0		0		0			4,8	1,3	6,24
35	қаймақ						0	10	0,8		0			0,8	1,5	1,2
36	ірімшік						0	8	0,64		0			0,64	1,5	0,96
37	ұн					60	4,8	100	8		0			12,8	0,3	3,84
38	Жүгері крахмалы							5	0,4		0			0,4	0,65	0,26
39	ванилин							5	0,4		0			0,4	0,05	0,02
40	йогурт										200			16	0,25	4
41	кекс										60			4,8	0,2	0,96
42	май писочный							6	0,48					0,48	1200	0,576

"Тарбағатай" спорттық сауықтыру демалыс орталығы.
Бала саны: 80

6- күн

Бекітемін:

Орталық директоры: Е.К. Коштаев

Азық-түлік атауы	Таңғы ас	Таңғы ас	Түскі ас		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас	Барлық кг	Бағасы	Барлық
	Сүтке піскен мени ботқасы, нан, сары май, чай сүтпен, нан, колбаса сыр	Йогурт, ваф ли	тауық сорпасына піскен бұршақ көжесі, нан, комп от.	Гуляш макаронмен, с алат винегред	винегред, н ан, кисель прияник, ба нан	палау етпен нан, сүтті шай	шоколадт ы конфет, ток аш	сок, пе ченье алма				
1 тауық еті	гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг		
2 Сүт	300	24	70	5,6								
3 С/май	30	2,4		0			200	16		5,6	1,65	9,24
4 Өсімдік майы	8	0,64		0				0		40	0,62	24,8
5 Сіыр Еті		0	18	1,44				0		2,4	2	4,8
6 Мәни	30	2,4	100	8			30	2,4		4,48	0,9	4,032
7 Нан	40	3,2	100	8			100	8		16	3,8	60,8
8 Бұршақ		0	60	4,8				0		2,4	0,3	0,72
9 Кәнт		0	25	2			100	8		19,2	0,16	3,072
10 Күрш		0		0			10	0,8		4,8	0,3	1,44
11 рожки		0	100	8			100	8		2,8	0,44	1,232
12 тоқаш		0		0				0		8	0,44	3,52
13 кисель		0		0				0		8	1	8
14 Алманың қағы		0		0	200	16	60	4,8		4,8	0,25	1,2
15 алма		0	25	2		0		0		16	0,3	4,8
16 прияник		0		0		0		0	100	2	0,3	3,3
17 Шай		0		0	60	4,8		0		9	1,35	10,8
18 Із	0,2	0,016		0		0		0		4,8	2	9,6
19 Сарымсақ			0,6	0,048		0,2	0,016			0,016	1	0,016
20 Картон			40	3,2		0,2	0,016			0,08	0,13	0,0104
21 Сәбіз			200	16		20	1,6			4,8	0,2	0,96
23 банан			70	5,6		0	40	3,2		16	0,325	5,2
24 шоколадты конфет				0	1	0,08		0		8,8	0,23	2,024
26 приправа				0		60	4,8			0,08	0,3	0,024
29 укроп			7	0,56		7	0,56			4,8	1,5	7,2
30 лимон қышқылы			14	1,12						1,12	0,9	2,128
31 қарабұрыш			2	0,16						0	1,12	0,3
32 сок			2	0,16						0	0,16	0,25
33 чеснок				0						0,16	0,25	0,04
34 печенье			7	0,56				200	16	15	0,3	8
35 қызылша		0		0						1,12	1,3	3,36
36 вафли	60	4,8	20	1,6				60	4,8	4,8	1,3	7,2
37 бұрыш		0	20	1,6						1,6	0,3	0,48
38 жасыл бұршақ		0	10	0,8						4,8	1,8	8,64
40 йогурт	200	16		0						1,8	0,4	0,64
41 колбаса	60	4,8		0						0,8	0,38	0,304
42 сыр	60	4,8		0						16	0,25	4
				0						4,8	1,3	6,24
				0						4,8	2	9,6

"Тарбағатай" спорттық сауықтыру демалыс орталығы.

Бала саны: 80

Бекітемін:



Орталық директоры Е.К. Коштаев

Бала саны:80		Бала саны:80		7- күн		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас		Барлық кг	Бағасы	Барлық
Азық-түлік атауы		Танғы ас	Танғы ас	Түскі ас		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас		Барлық кг	Бағасы	Барлық
		Сүтке піскен тары б/сы.Қаймақірім шікпен,	Бутерброд алм сыр,колбаса ұрт	Борщ сиыр етімен.Котлет етпен,макарон мен,комполт (помидор княр)	мен,комполт ан ,салат (помидор княр)	Сок ,банан,тоқ аш	Қуырдақ, етпен,нан, шай қантпен	Бутербро д(сыр,кол баса)	Коржи к,Айра н.					
		гр	гр	гр	кг	гр	кг	гр	кг	гр	кг			
1	Сүт	500	40									40	0,62	24,8
2	С/май	25	2	10	0,8							3,6	2	7,2
3	Шемішке м	10	0,8	26	2,08			10	0,8			10,88	0,9	9,792
4	Сиыр Еті		0	170	13,6			100	8			13,6	3,8	51,68
5	Макарон		0	200	16				0			24	1	24
6	нян	40	3,2	100	8			100	8			11,2	0,16	1,192
7	Нан қатқан		0		0				0			2	0,3	0,6
8	кәнт	15	1,2	35	2,8			25	2			4	0,44	1,76
9	мейіз	10	0,8		0				0			0,8	2,3	1,84
10	тары	30	2,4		0				0			2,4	0,25	0,6
11	Орам жапырақ		0	60	4,8				0			4,8	0,3	1,44
12	Лимон қышқылы		0	2	0,16				0			0,16	0,9	0,144
13	Алманың Қағы		0	25	2				0			2	0,9	1,8
14	Қияр		0	50	4				0			4	0,9	3,6
15	Помидор		0	50	4				0			4	1,35	5,4
16	банан		0		0	1			0			0,016	0,35	0,0056
17	Шай	0,2	0,016		0			0,2	0,016			0,032	1	0,032
18	Тұз	0,2	0,016	0,6	0,048			0,2	0,016			0,064	0,13	0,00832
19	қаймақ	20	1,6		0				0			3,2	0,5	1,6
20	Сарымсақ		0	40	3,2			20	1,6			19,2	0,2	3,84
21	Картоп		0		0			200	16			1,6	0,325	0,52
22	Сәбіз		0	70	5,6			20	1,6			5,6	0,25	1,4
23	алмұрт	200	16		0				0			16	0,9	14,4
24	ірімшік	30	2,4		0				0			2,4	1,5	3,6
25	Қызылша		0	40	3,2				0			7,2	0,3	21,6
26	колбаса	60	4,8		0			50	4			8,8	1,5	13,2
27	сыр	100	8		0			50	4			8	0,3	2,4
28	Укроп		0	15	1,2				0			1,2	0,3	0,36
29	чеснок		0	7	0,56				0			1,12	0,3	0,336
30	приправа		0		0			1	0,08			0,08	0,3	0,168
31	тоқаш		0		0	60			0			4,8	0,25	1,2
32	коржик		0		0				0	60	4,8	16	0,3	4,8
33	айран		0		0				0	200	16	16	0,9	14,4
34	сок		0		0	200			0			16	0,5	8
35	томат		0	30	2,4				0			2,4	1,6	3,84

232,01392
80

2900,174

Бала саны: 80

Бекітемін:

Орталық директоры Е.К. Коштаев

Орталық директоры Е.К. Коштаев

Бала саны:80		8- күн		Түскі ас		Бесін ас		Кеші ас		Түнгі ас		Барлық кг		Бағасы		Барлық	
Азық-түлік атауы		Танғы ас		Танғы ас		Түскі ас		Бесін ас		Кеші ас		Түнгі ас		Барлық кг		Барлық	
Сүтке піскен Манный Б/сы,прмянк чай		иогурт Вафли		Бидай ,комплот,Нан коже,Тефтели ,салат макарономен (витамины)		Сок ,печенье алма		палау етлен нан,Шокал баса)		Бүтерброс д(сыр,коп Айран.		тоқаш, Айран.					
гр		кг		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг					
тауық еті				70	кг	5,6								5,6	1,85		9,24
1	Сүт	350	28			0				100	8			36	0,62		22,32
2	С/май	20	1,6			0					0			1,6	2		3,2
3	Шемішке м		0		8	0,64				10	0,8			1,44	0,9		1,296
4	Сыыр Еті		0		100	8				100	8			16	3,8		60,8
5	Макарон		0		100	8					0			8	1		8
6	Нан	40	3,2		100	8				100	8			19,2	0,16		3,072
7	пряник	60	4,8			0					0			4,8	0,3		1,44
8	кант	10	0,8		35	2,8					0			3,6	0,44		1,584
9	вафли	60	4,8			0					0			4,8	2,3		11,04
10	Манный	30	2,4			0					0			2,4	0,25		0,6
11	Бұрыш		0		10	0,8					0			0,8	0,3		0,24
12	Лимон қышқылы		0		2	0,16					0			0,16	0,9		0,144
13	Алманың Қағы		0		35	2,8					0			2,8	0,9		2,52
14	Печенье		0			0	80				4,8			4,8	0,9		4,32
15	Бүтерброт наны		0			0				100	8			8	1,35		10,8
16	Перловка				30	2,4					0			2,4	0,35		0,84
17	Шай	0,2	0,016			0				0,2	0,016			0,032	1		0,032
18	Гүз	0,2	0,016		0,8	0,048					0			0,084	0,13		0,00832
19	Сок		0			0	200							15	0,5		8
20	Сарымсақ		0		40	3,2				20	1,6			4,8	0,2		0,96
21	Картоп		0		100	8				40	3,2			11,2	0,325		3,64
22	Сөбіз		0		90	7,2				20	1,6			8,8	0,25		2,2
23	Алма		0			0	100				0			8	0,9		7,2
24	Күріш		0		20	1,6				50	4			5,6	1,5		0,024
25	Жұмыртка		0		1	0,08					0			0,08	0,3		0,024
26	колбаса		0			0				50	4			4	1,5		6
27	сыр		0			0				50	4			4	0,3		1,2
28	Укроп				14	1,12				7	0,56			1,68	0,3		0,504
29	Шоколад көмпит		0			0				60	4,8			4,8	0,3		1,44
30	приправа		0		14	1,12				7	0,56			1,68	0,3		0,504
31	тоқаш		0			0					0	1	0,1	0,08	0,25		0,02
32	Йогурт	200	16			0					0			16	0,3		4,8
33	айран					0					0	200	16	16	0,9		14,4
34	Орамжапырақ				50	4					0			4	0,5		2
35	томат				30	2,4				20	1,6			4	1,6		6,4
																200,81232	
																80	
																2510,154	

Тарбағатай спорттық сауықтыру демалыс орталығы.
Бала саны: 80

Бала саны: 80

19- күн

Бекітемін:

Орталық директоры Е.К. Коштаев

Баға саны: 60		Танғы ас		Танғы ас		9- күн		Түскі ас		Бесін ас		Кешкі ас		Түнгі ас		Барлық кг		Бағасы		Барлық			
Азық-түлік атауы		Сүтке піскен сұлыб/сы, печенье, чайсүтпен, сарым		Бүтерброд, с ок		сорпа Чечевица етпен, орама		, компот, Нан, салат (қияр, помидо)		сок, пряник, конфет		Фрикадель, шай, ки сүтпен, нан күрішпен, с н		Тоқаш, алма, айран ма									
гр		кг				гр		кг		гр		кг		гр		кг							
1	қызылша						гр	кг		гр	кг		гр	кг		гр	кг						
2	Сүт		500		40								20	1,6			1,6	0,3			0,48		
3	С/май		45		3,6								200	16			56	0,62			34,72		
4	Шемішке м				0				16	1,28				0			3,6	2			7,2		
5	Сыыр Еті				0				140	11,2				8	0,64		1,92	0,9			1,728		
6	чечевица				0				50	4				100	8		19,2	3,8			72,96		
7	Нан		60		4,8				100	8				0			4	0,3			1,2		
8	алма				0					0				100	8		20,8	0,16			3,328		
9	кант		10		0,8				35	2,8					8		8	0,55			4,4		
10	сұлы		50		4					0							3,6	0,44			1,584		
11	конфет				0					0		60	4,8				4	0,25			1		
12	Лимон қышқылы				0				2	0,16			0				4,8	1,8			1,44		
13	Алманың Қағы				0				35	2,8			0				0,16	0,28			0,0448		
14	Печение		60		4,8					0			0				2,8	0,9			2,52		
15	қияр				0				50	4			0				4,8	1,5			7,2		
16	помидор				0				50	4			0				4	1,35			5,4		
17	Шай		0,2		0,016					0			0	0,2	0,016		4	1,35			1,4		
18	Тұз		0,2		0,016				0,6	0,048			0	0,4	0,032		0,032	1			0,032		
19	Сок		200		16					0		200	16				0,096	0,13			0,01248		
20	Сарымсақ				0				40	3,2				20	1,6		32	0,5			16		
21	Картоп				0				170	13,6				50	4		4,8	0,2			0,96		
22	Сәбіз				0				20	1,6				70	5,6		17,6	0,325			5,72		
23	ун				0				7	0,56					0		7,2	0,25			1,8		
24	күрші				0					0				70	5,6		0,56	0,3			0,168		
25	бұрыш				0				10	0,8					0		5,6	0,44			0,24		
26	қолбаса		60		4,8					0				0			0,8	0,3			0,24		
27	сыр		60		4,8					0				0			4,8	1,5			7,2		
28	Укроп								15	1,2				7	0,56		4,8	2			9,6		
29	қаймақ								20	1,6					0		1,76	0,3			0,528		
30	приправа								7	0,56				7	0,56		1,6	0,3			0,48		
31	тоқаш														0		1,12	0,3			0,336		
32	бұрыш														0	60	4,8	0,25			1,2		
33	айран													10	0,8		0,8	0,3			0,24		
34	Орамжапырақ														0	200	16	0,9			14,4		
35	томат														50	4		4	0,25		1		
														10	0,8		0,8	1,6			1,28		
																						208.04128	
																						80	
																						2600.51	

Бала саны: 80

Орталық директоры: Е.К. Коштаев

Орталық директоры: Е.К. Коштаев

Бала саны:80			10- күн		Түскі ас		Бесін ас		Жолға алауын		Түнгі ас		Барлық кг		Бағасы		Барлық	
			Танғы ас		Ас		алма,сок,тоқаш		бұршақ,от,салат,сары май,сыр,қаймақпен ірімшік		Су 0,5,печенье,тоқаш,алма							
			гр кг		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг		гр кг					
қызылша			20	1,6											1,6	0,3		0,48
1	Сүт	250	20											20	0,62		12,4	
	С/май	40	3,2											3,2	2		6,4	
	Шемішке м	48	3,64					18	1,44					5,28	0,9		4,752	
	Сыыр Еті	170	13,6					170	13,6					27,2	3,8		103,36	
	бұршақ		0					50	4					4	0,3		1,2	
	Нан	100	8					100	8					16	0,16		2,56	
	алма		0		1	0,08		0		60	4,8			4,88	0,55		2,684	
	какт	37	2,96				0	25	2		0			4,96	0,44		2,1824	
	рожки		0				0	100	8		0			8	0,25		2	
	чеснок	8	0,64				0	8	0,64		0			1,28	3		3,84	
	Лимон қышқылы	2	0,16				0	2	0,16		0			0,32	0,28		0,0896	
	Алманың Қағы	25	2				0	25	2		0			4	0,9		3,6	
	Печенье	60	4,8				0		0	60	4,8			9,6	1,5		14,4	
	қияр	50	4				0	50	4		0			8	0,9		7,2	
	помидор	60	4,8				0	50	4		0			8,8	1,35		3,08	
	Шай	0,2	0,016				0		0		0			0,016	1		0,016	
	Тұз	0,8	0,064				0	0,4	0,032		0			0,096	0,13		0,01248	
	Сок		0		200	16		0	0		0			16	0,5		8	
	Сарымсәк	40	3,2				0	50	4		0			7,2	0,2		1,44	
	Картоп		0				0	30	2,4		0			2,4	0,325		0,78	
	Сәбіз	120	9,6				0	50	4		0			13,6	0,25		3,4	
	қаймақ	30	2,4				0	20	1,6		0			4	0,3		1,2	
	күріш	130	10,4				0	0	0		0			10,4	0,44		0,48	
	бұрыш		0				0	20	1,6		0			1,6	0,3		0,48	
	мейіз	10	0,8				0		0		0			0,8	1,5		1,2	
	сыр	40	3,2				0		0		0			3,2	2		6,4	
	Укроп		0				0	23	1,84		0			1,84	0,3		0,552	
	бұрыш	8	0,64				0	20	1,6		0			2,24	0,3		0,672	
	приправа		0				0	8	0,64		0			0,64	0,3		0,192	
	тоқаш		0		60	4,8		0		60	4,8			9,6	0,25		2,4	
	Су 0,5л		0					0		1	0,08			0,08	0,3		0,024	
	ірімшік	30	2,4					0	0		0			2,4	1,5		3,6	
	Орамжапырақ	60	4,8					0	0		0			4,8	0,25		1,2	
	томат							10	0,8		0			0,8	1,6		1,28	
																		199,71648
																		80
																		2496,456

5-кеуіштік

1	Кеспе	32	470	15040
2	Тауық еті	62	1550	96100
3	картон	252	250	63000
4	сәбіз	232	230	53360
5	май	114	800	91200
6	қақ	27	550	14850
7	капуста	41	180	7380
8	сок	46	1000	46000
9	нан	150	160	24000
10	булочка	432	70	30240
11	приправа	12	80	960
12	печенье	20	850	17000
13	чай	3	900	2700
14	помидор	46	900	41400
15	қияр	46	800	36800
16	сүт	138	570	78660
17	сары май	13	1300	16900
18	горох	12	280	3360
19	гречка	46	300	13800
20	кисель	10	1050	10500
21	қызылша	42	250	10500
22	пряник	27	1100	29700
23	сыр	10	2750	27500
24	күріш	46	450	20700
25	макарон	23	900	20700
26	конфет	18,4	1500	27600
27	колбаса	36	700	25200
28	чечевица	14	650	9100
29	манпар	16	370	5920
30	тұз	12	110	1320
31	ет	110	3500	385000
32				0
33				0
34				0
				1226490