



Школа «Ак-Дулинка» СОШ

Отд./корп 1-4 класс

День 01.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		фруктовый салат	100	10,00	73.5	0.9	2.3	12.9
	1 блюдо								
	2 блюдо		рыба тушеная	90	25.0	180,00	16.5	11.5	3.6
	гарнир		макарон отварное	150	20.0	140.0	5.2	0.4	28.8
	сладкое		конфета вафли	98	14,00	533,00	4	39.5	54.2
	хлеб бел.		хлеб	100	5.0	262,00	7.5	2.9	51.4
	к/к								
гор.напиток		чай с молоком	180	10.0	36,00	3.2	0.52	1.23	
			726	93,00	1212.21				



Школа «Ак-Дала» МБОУ № 1 Дашкаская СОШ

Отд./корп 1-4 класс

День 02.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак *	гор. блюдо								
	гор. напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп молочный с сливочным маслом	200	30,0	135,0	7,0	4,4	16,8
	2 блюдо		фрикадельки из говядины	130	28,0	959,0	1,58	109,24	19,02
	гарнир		гречка отварное	150	20,0	310,0	6,79	11,57	44,8
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	100	5,0	262,0	7,5	2,9	51,4
	порционный								
гор. напиток		компот	180	10,0	23,0	3,2	0,52	1,23	
				720	93,0				



Школа «Ак-Даш» МБОУ Ак-Дашская СОШ

Отд./корп 1-4 класс

День 05.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.Напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска			200	28.0	125.04	2.415	7.869	10.801
	1 блюдо		Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной						
	2 блюдо		котлета	90	25.0	232	14,504	14,883	3,738
	гарнир		каша гречневая	150	25	237	8,104	5,737	36,609
	напиток		чай с молоком	180	10	27	3.2	0.52	1.23
	хлеб бел.		батон	100	5	84	2,28	0,84	15,42
	хлеб черн.								
фрукт			710,0	93,0	705,0	29,292	34,091	91,81	



Мекен атауы: МБСМ Ақ-Даустан облысының білім және ғылым басқармасы

Отд./корп 1-4

День 06.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска		винегрет	100	18.0	89	1.3	5	9.4	
	1 блюдо		суп в вермешелью с говядиной	225	30,00	188	14.1	11.9	6.2	
	2 блюдо		плов	120	30,00	411	21.09	21.852	32.852	
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.			батон с маслом	100	5,00	262.0	7.5	2.9	51.4
	хлеб черн.									
13.0	напиток		снежок	200	10,00	27	3.2	0.52	1.23	
				745	93,00	977	47.19	42.172	101.082	



Школа «АК-ДАШСКАЯ СОШ» Отд./корп 1-4 класс День 07.02.2024

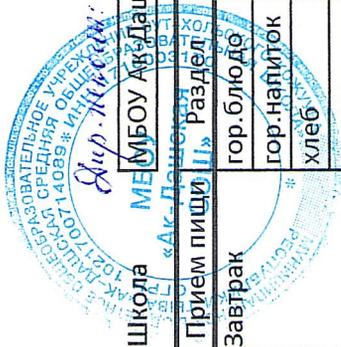
Приём пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска		булочка с творогом	80	15,0	347	7	13	60	
	1 блюдо		суп домашний	200	38,00	193	12.8	7.8	17	
	2 блюдо		пшеничная каша	120,0	25,0	76,0	6,0	5,0	2,0	
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.			батон	100,0	5,0	262,0	7,5	2,9	51,4
	хлеб черн.									
гор.напиток			кисель	200,0	10,0	36,0	3,2	0,52	1,23	
				700,0	93,0	914,0				



Школа «АК-ДЖАМБУУ-АК-ДАШСКАЯ СОШ»
 Директор (подпись) / Директор (подпись)

Отд./корп 1-4 класс День 09.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо		суп картофельный с крупой	200	35,00	279	19	17	20
	2 блюдо		голень тушенная	90	27,00	158	19	9	1
	гарнир		макарон отварное	150	15,00	201	5	5	35
	сладкое								
	хлеб бел.		батон	70	5.0	133	5	1	23
	хлеб черн.								
гор.напиток		кисель	200	10.0	51	0	0	12	
				710	93,00	821			



Школа №171
 Дир. М. М. Мухометов

Школа МБОУ Ак-Дашская СОШ Отд./корп 1-4 класс День 12.02.2024

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		гор.блюдо						
		гор.напиток						
		хлеб						
Завтрак 2		фрукты						
Обед		фрукт						
	1 блюдо	рассольник из свежих овощей	200,0	30,0	83,0	1.7	4.9	5.8
	2 блюдо	котлеты из говядины	90,0	25,0	136,0	9.4	7.9	4.2
	гарнир	пшено отварное	150,0	15,0	83,0	6,0	5,0	2,0
	сладкое	йогурт 2.9%	120,0	14,0	204,0	3.6	2.9	11.8
	хлеб бел.	батон	75,0	5,0	133,0	4.6	0.6	22.9
	хлеб черн.	чай сладкий	180,0	10,0	66,0	0,0	0,0	14.6
гор.напиток		815,0	99,0	705,0				



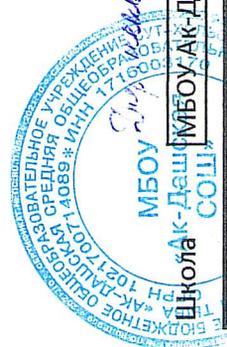
Школа ММБОУ АК-ДАШКОВСКОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №11 Отд./корп 1-4 класс День 14.02.2024

№ п/п	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо*							
	гор.напиток							
	хлеб							
Завтрак 2	фрукты							
Обед	закуска	бутерброд с сыром и маслом	120,0	15,0	262,0	3,2	2,9	51,4
	1 блюдо	борщ с говядиной из свежих овощей	250,0	38,0	86,0	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	гречневая каша	150,0	30,0	235,0	8,104	5,737	36,609
	гарнир							
	сладкое							
	хлеб бел.							
	фрукт							
гор.напиток	компот		200,0	10,0	121,0	1,8	0,0	28,5
			720,0	93,0	704,0			



Школа «АК-ДАШ» МБОУ АК-ДАШСКАЯ СОШ Отд./корп 1-4 класс День 15.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		салат витаминный	60,0	8.0	86,0	1.5	7.4	1.6
	1 блюдо		рассольник из свежих овощей капусты со сметаной	200,0	30.0	145,0	7.0	4.4	16.8
	2 блюдо		рыба запеченная в сметанном соусе	90.0	26,0	281,0	15.3	19.9	4.4
	гарнир		рожки отварное	150,0	26,0	76,0	5,0	5,0	2,0
	сладкое								
	хлеб бел.		батон иодированный	62,0	5,0	93,0	5,0	5,0	5,0
	хлеб черн.								
гор.напиток			кисель	180,0	10,0	27,0	3.2	0.52	1.23
				742,0	93,0	707,0	29.38	54.56	80.13



МБОУ «АК-Дашская СОШ» / Овощи 4. (7)

16.02.2024

День

1-4 класс

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		винегрет	110	23,00	44	0.4	0.4	9.8
	1 блюдо								
	2 блюдо		макарон с мясом	180	30.0	333	10.8	13.3	52.3
	гарнир								
	сладкое		хлеб	100	5,00	176	5	1	38
	хлеб бел.		пирог с картошкой	110	25,00	380	5	8	72
	хлеб								
гор.напиток		чай сладкий	200	10,00	58	0	0	14.6	
				700	93,00	965.5			