

БЕКІТЕМІН:

Қарағанды облысы

білім басқармасының

«Теміртау қаласының білім бөлімі» ММ

басшысы

 Х.К. Жаудинова

« _____ » _____ 2024 ж.

**ТЕМІРТАУ ҚАЛАСЫНЫҢ
МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ҰЙЫМДАРЫ ҮШІН
ПЕРСПЕКТИВАЛЫ 10 КҮНДІК МӘЗІР****ЖАЗ-КҮЗ МАУСЫМЫ**

Қазақстан Республикасы
Үкіметінің 2012 жылғы 12
наурыздағы №320 қаулысының
әлеуметтік көмек көрсетілетін
азаматтарға әлеуметтік
көмек беру мөлшеріне,
көздеріне және түрлеріне 3-
қосымша
(жаңа редакцияда – ҚР
Үкіметінің 19.03.2024 № 205
қаулысымен)

Бөбекжайларда,
балабақшаларда және
санаторлық мектепке дейінгі
ұйымдарда тәрбиеленетін
балалардың тамақтану
нормалары (бір балаға күніне
грамм)

«Қоғамдық тамақтану объектілеріне
қойылатын санитариялық-
эпидемиологиялық талаптар»
санитариялық қағидаларына
8-қосымша
Қазақстан Республикасы Денсаулық
сақтау министрінің 2022 жылғы 17
ақпандағы № ҚР ДСМ-16 бұйрығы
(жаңа редакцияда – ҚР Денсаулық
сақтау министрінің 28.06.2024 № 38
бұйрығымен)

4-параграф. Білім беру объектілерінде,
мектепке дейінгі ұйымдарда, балалар
үйлерінде, балаларды сауықтыру және
санаторий объектілерінде
ұйымдастырылған ұжымдарға қызмет
көрсететін және дайындайтын
қоғамдық тамақтану объектілерінде
тамақ өнімдерін өндіру жағдайларына
қойылатын талаптар

1-2
жастағы
балалар3-5 жастағы
балалар

Таңғы ас

350-450

400 - 500

Түскі ас

400-550

550 - 600

Бесіндік

200-250

250 - 300

1 күн			
Завтрак	Сары май қосылған сүтті күріш сорпасы	170	180
	Ірімшікпен бутерброд (25+7,5)/ (40+12,5)	32,5	52,5
	Сүт, қант қосылған дәмді кофе	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		452,5	502,5
Обед	Өсімдік майындағы «Балғындық» салаты (жаңа кияр, пияз)	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы қырыққабат сорпасы	150	160
	Ет қосылған картоп запеканкасы + сүт тұздығы (120+30) (130+30)	150	160
	Итмұрын компоты	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	«Песочная фантазия»	50	100
	Қайнатылған сүт	200	200
Итого		250	300
2 күн			
Завтрак	Сары май қосылған асқабақ қосылған сүтті тары ботқасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5)/ (40+8)	30	48
	Қант салынған сүтті шай	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		453	501
Обед	Өсімдік майына сәбіз қосылған жаңа қырыққабат салаты	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы тұзды көже	150	160
	Макарон қосылған ет + сүт тұздығы (40+80+30)/ (70+60+30)	150	160
	Жеміс-жидек киселі	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	«Королевский» сүзбе пирогы	100	100
	Тірі бактериялары бар ашытылған сүт өнімі	150	200
итого		250	300
3 күн			
Завтрак	Жасыл бұршақ/ көкөніс икрасы қосылған омлет (150+20) (160+20)	170	180
	Ірімшікпен бутерброд (25+7,5)/ (40+12,5)	32,5	52,5
	Сүт, қант қосылған дәмді кофе	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		452,5	502,5
Обед	Өсімдік майындағы «Минутка» салаты (жаңа піскен қызанақ, пияз)	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы «Жазғы хош иіс» сорпасы	150	160
	Жарма қосылған ет палауы (күріш/қарақұмық/ арпа)	150	160

	«Жеміс қоспасы» компоты (балғын жемістер)	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Картоп қосылған тоқаш	50	100
	Қайнатылған сүт	200	200
итого		250	300
4 күн			
Завтрак	Сары май қосылған қарақұмық сүт сорпасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5) (40+8)	30	48
	Қант салынған сүтті шай	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		450	498
Обед	Өсімдік майы қосылған жаңа қырыққабат пен болгар бұрышы салаты	45	50
	Бұршақ өнімдері бар «Күпия сорпа» (ас бұршақ/жасымық/қызыл бұршақ) қырылған нан қосылған сүйек сорпасында	150	160
	Картоп пюреі + сүт тұздығы қосылған балық котлеті (40+80+30) (70+60+30)	150	160
	Итмұрын компоты	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Сүзбе-жарма көмеші + сүтті тұздық немесе джеммен	100	100
	Тірі бактериялары бар ашытылған сүт өнімі	150	200
итого		250	300
5 күн			
Завтрак	Сары май қосылған сүтті геркулес ботқасы	170	180
	Ірімшікпен бутерброд (25+7,5)/ (40+12,5)	32,5	52,5
	Сүт, қант қосылған дәнді кофе	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		452,5	502,5
Обед	Өсімдік майындағы балғын қияр мен қызанақ салаты	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы қызылша көжесі	150	160
	Қарақұмық гарнирі бар ет тағамы (70+80), (70+90)	150	160
	Жеміс-жидек киселі	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Піспенан	20	50
	«Лакомка» сүті	250	250
итого		270	300
6 күн			
Завтрак	Сары май қосылған сүтті жүгері сорпасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5) (40+8)	30	48
	Қант салынған сүтті шай	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90

итого		450	498
Обед	«Витамин» салаты (сәбіз, жасыл бұршақ / консервіленген жүгері, өсімдік майы)	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы «Жаздың түстері» сорпасы	150	160
	Үйде қуыру	150	160
	«Жеміс қоспасы» компоты (балғын жемістер)	150	150
	Бидай, кара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Балық бәліші	50	100
	Жеміс-жидек киселі	200	200
итого		250	300
7 күн			
Завтрак	Сары май қосылған асқабақ қосылған сүт арпа ботқасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5)/ (40+8)	30	48
	Сүт, қант қосылған дәнді кофе	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		450	498
Обед	Өсімдік майындағы қайнатылған қызылша мен балғын қиярдан жасалған «Денсаулық» салаты	45	50
	Сүйек сорпасында жасыл бұршақ пен туралған жұмыртқа қосылған сорпа	150	160
	Ет қосылған көкөніс бұқтырмасы	150	160
	Кептірілген жеміс компоты	150	150
	Бидай, кара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Сүт тұздығындағы сүзбе құймағы	100	100
	Қайнатылған сүт	200	200
итого		300	300
8 күн			
Завтрак	Сары май қосылған сүтті бидай сорпасы	170	180
	Ірімшікпен бутерброд (25+7,5) (40+12,5)	32,5	52,5
	Қант салынған сүтті шай	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		452,5	502,5
Обед	Өсімдік майындағы «Көктем» салаты (балғын қырыққабат, балғын қызанақ)	45	50
	Фрикаделька көкөніс пюресі сорпасы	150	160
	Балық суфлесі + сүтті тұздық (120+30) (130+30)	150	160
	Итмұрын компоты	150	150
	Бидай, кара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Сәбіз қосылған «Қоян тоқаш», жаңа піскен жемістер	50	100
	Қайнатылған сүт	200	200
итого		250	300

9 күн

Завтрак	Сары май қосылған сүтті жарма ботқасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5)/ (40+8)	30	48
	Сүт, қант қосылған дәнді кофе	160	180
10.00	Балғын жемістер/ Жеміс шырыны	90	90
итого		450	498
Обед	Өсімдік майындағы Балғын қияр салаты	45	50
	Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы қызылша сорпасы	150	160
	Жұмыртқа қосылған ет, картоп поресі + сүт тұздығы (40+80+30) (70+60+30)	150	160
	Кептірілген жеміс компоты	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Сүзбе-сәбіз көмеші + сүт тұздығы	100	100
	Тірі бактериялары бар ашытылған сүт өнімі	150	200
итого		250	300

10 күн

Завтрак	Сары май қосылған макаронды сүт сорпасы	170	180
	Сары май жаққан бутерброд (25+5)/ (40+8)	30	48
	Қант салынған сүтті шай	160	180
10.00	Балғын жемістер	90	90
итого		450	498
Обед	Өсімдік майындағы «Жазғы дуэт» салаты (балғын қызанақ, болгар бұрышы)	45	50
	«Уха» балық сорпасы	150	160
	Пісірілген көкөністер қосылған ет тефтельдері, сүт тұздығы (40+80+30)/ (70+60+30)	150	160
	Жеміс шырыны	150	150
	Бидай, қара бидай наны (30+25)/ (40+40)	55	80
итого		550	600
Полдник	Піспенан	20	50
	«Лакомка» сүті	250	250
итого		270	300