

"БЕКТИЛДІ"
Қызылорда облысының денсаулық
сақтау басқармасының басшысы
_____ О. Исаков
"___" _____ 2026 ж.

"КЕҢЕСІЛДІ"
Қызылорда облысының білім
басқармасының басшысы
_____ Есжанов
"___" _____ 2026 ж.

Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрілігі Санитариялық-эпидемиологиялық бақылау комитетінің
"Үлгілік перспективалы мектеп мәзірін бекіту туралы" 2024 жылғы 25 желтоқсандағы №135-НҚ бұйрығына өзгеріс енгізу туралы
2025 жылғы 27 тамыздағы №103-НҚ бұйрығына сәйкес

Төрт апталық перспективалық мектеп мәзірі (жаз-күз)

1 апта 1 күн

Тағамның атауы	Шығым, г			Баға	Бүткіл, г			Сомасы			Дайын тағамның құрамы			
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250		30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31	
				күріш										
				сары май	10	10	10	52,10	52,10	52,10				
				Жоталған тұз	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16				
				Сүт 2,5%	120	140	180	78,00	91,00	117,00				
				көміс	5	6	7	2,75	3,30	3,85				
Қажо сүтпен	200	200	200		4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50	
				қажо ұнтағы										
				Сүт 2,5%	100	100	100	65,00	65,00	65,00				
				су	110	110	110	0,00	0,00	0,00				
				көміс	10	10	10	5,50	5,50	5,50				
Алма	120	120	120		120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	
Бідай және қара бидай наны	20	35	40		20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00	
Районның жалпы бағасы				Бідай және қара бидай наны							345,41	370,36	402,81	
Районның 16% ККС есептелетін бағасы											400,68	429,62	467,26	
Қалың мөлшері, ккал											499,29	573,7	612,06	
Ақуыл											12,74	14,87	16,03	
Майлар											11,33	12,65	13,49	
Қоғамдық											85,89	99,14	105,68	

А. О. Дев

А. О. Дев

1 анта 4 күн

Тагынның аты	Шығым, г			Тагынның құрамы	Баға	Берілді, г				Самасы				Дайын тагынның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Балық етінен финболдар	70	90	100	Балық еті (шармалы)	3700,00	99	108	128	366,30	399,60	473,60	398,91	437,21	522,51		
				пияз	250,00	6	10	10	1,50	2,50	2,50					
				тұмық жұмыртқасы	650,00	5	5	7	3,25	3,25	4,55					
				кешкен майы	850,00	2	2	2	1,70	1,70	1,70					
				кешкен нан ұнтағы (сұрғына)	2000,00	3	3	5	6,00	6,00	10,00					
				кешкен нан ұнтағы (құрағына)	2000,00	10	12	15	20,00	24,00	30,00					
Гарварь картоп ебесі	130	150	180	Болаттан тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16	103,43	147,13	139,00		
				картоп	350,00	150	174	207	52,50	60,90	72,45					
				сүт 2,5%	650,00	22	24	30	14,30	15,60	19,50					
				Болаттан тұз	80,00	2,0	2,00	2,00	0,16	0,16	0,16					
				сары май	5210,00	7	7	9	36,47	36,47	46,89					
Кешкен жеміс сұзаны	200	200	200	кешкен жеміс	1700,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50		
				көкөт	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50					
				су		200	200	200	0,00	0,00	0,00					
Тыдай және қара быдай наны	20	35	40	быдай және қара быдай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Районның жалпы бағасы																
Районның 16% ҚХС ескерткенді бағасы																
Қалың малшері, ккал																
Ақуыл																
Майлар																
Комфесулар																
												6,6	9,35	18,6		
												47,2	57,7	65,8		

1 апта 5 күн

Тағамның атауы	Шығарылым, г			Тағамның құрамы	Баға	Бүрттік, г				Сомасы				Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қызыл мен қызылдық сәтінді (оспамен және қызылмен)	60	80	100	қызыл мен қызылдық сәтінді	800,00	44	55	68	35,20	44,00	54,40	60,93	75,23	100,31		
Палау жылқы етмен	200 (40/160)	220 (50/170)	250 (60/200)	жылқы еті (сүзбесіз)	5100,00	90	110	130	459,00	561,00	663,00	521,63	628,67	743,08		
Балқан алын сусыны	200	200	200	балқан алын	800,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16	112,75	112,75	112,75		
Балқан және қара балқан	20	35	40	балқан және қара балқан	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Рационның жалпы бағасы												706,31	835,90	978,14		
Рационның 16% КХС ескергендегі бағасы												819,32	969,64	1134,64		
Қызыл мен қызылдық сәтінді												461,80	535,15	617,70		
Ақуыл												21,90	24,90	27,50		
Майлар												9,00	10,35	12,40		
Қызыл мен қызылдық сәтінді												67,90	79,40	92,90		

2 япта 1 күн

Таганын атауы	Шығамы, г			Таганын құрамы	Баға	Брутто, г			Сомма			Дайын таганын құры		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті тарты ботқасы	200	230	250	тарты дақыл	630,00	30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				сары май	5210,00	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				Водяная туз	80,00	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	650,00	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				көміс	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Кавио сүтпен	200	200	200	кавио сүтпен	5500,00	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				сүт 2,5%	650,00	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				су		110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				көміс	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Алма	120	120	120	алма	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Бидей және қара бидей наны	20	35	40	бидей және қара бидей наны								345,41	370,36	402,81
Рационның жалпы бағасы														
Рационның 16% КХС ескергендегі бағасы														
Калория мөлшері, ккал												400,68	429,62	467,26
Ақуыл												472,12	542,45	578,10
Майлар												12,64	14,76	15,90
Көмірсулар												11,57	12,93	13,79
												78,78	90,97	96,8

2 апта 2 күн

Таганын атауы	Шығымы, г			Таганын есрамы	Баға	Брутто, г			Соны			Дайын таганын құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сыр етінен жасалған бозорық пастасы	200	220	250	сыр еті (мартылаумен) пиз сбб өсімдік майы	5100,00 250,00 270,00 850,00	95 15 15	100 15 15	122 15 15	484,50 3,75 4,05	510,00 3,75 4,05	622,20 3,75 4,05	552,70	582,20	705,74
				кытанак пастасы	2200,00	6	6	8	13,20	13,20	17,60			
				сарымсақ	800,00	6	6	8	4,80	4,80	6,40			
				фоталанган тұз	80,00	2	2	3	0,16	0,16	0,24			
				мажарон	630,00	63	68	75	39,69	42,84	47,25			
Қатяқ 2,5 %	150	150	150	қатяқ 2,5 %	620,00	150	150	150	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00	93,00
Бидай және қара бидай папы	20	35	40	бидай және қара бидай папы	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы														
Рационның 16% КХС ескерілгендегі бағасы														
Қалың майлы, кккал												656,70	694,45	820,74
Ақуыл												761,77	805,56	952,06
Майлар												460,10	530,55	588,80
												30,35	33,95	37,45
												9,45	10,80	12,15
Қоңырсулар												60,50	71,00	78,80

2-япта 3-күш

Тагымдын атуу	Шыгымы, г			Тагымдын курамы	Бага	Бүрттө, г			Сыймы			Дыйын тагымдын куна		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүт кооздугу "Достук"	200	230	250	күрөш каракумдук сары май Жопталган туз сүт 2,5%	630,00 630,00 5210,00 80,00 650,00	20 20 10 2,0 120	25 20 10 2,0 140	30 25 10 2,0 180	12,60 12,60 52,10 0,16 78,00	15,75 12,60 52,10 0,16 91,00	18,90 15,75 52,10 0,16 117,00	158,21	174,91	207,76
Алма	120	120	120	көпт	550,00	5	6	7	2,75	3,30	3,85	90,00	90,00	90,00
"Денсаулык" суусу	200	200	200	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
				лимон	1800,00	15	15	15	27,00	27,00	27,00	99,25	99,25	99,25
				алма	750,00	89	89	89	66,75	66,75	66,75			
				көпт	550,00	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00			
Бидай және кара бидай наны	20	35	40	бидай және кара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рациондун жалпы багасы														
Рациондун 16% КХС өсүргөчү багасы														
Калория мөлшөрү, ккал														
Акуму														
Майлар														
Көмүрсулар														
												358,46	383,41	419,01
												415,81	444,76	486,05
												442,70	478,65	492,80
												9,66	10,88	12,32
												8,35	8,76	9,25
												83,32	91,16	95,52

2 апта - 4 күн

Тағамның атауы	Шығарылым, г			Тағамның құрамы	Баға	Күртте, г				Сомасы				Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып
Қаймақ қосылған бұқтырылған тауық еті	70	90	100	күс еті (филе) қаймақ 20% жоғарғы сортты бидай ұны сары май	3500,00 2103,00 350,00 5210,00	94	107	115	329,00	374,50	402,50	372,08	428,70	467,12		
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25	Водяной туз сары май қаймақ 20% Водяной туз жоғарғы сортты бидай ұны қызанақ пастасы	5210,00 2103,00 80,00 350,00 2200,00	3	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52		
Гарнир: картоп ебісі	130	150	180	картоп сүт 2,5% Водяной туз сары май	350,00 650,00 80,00 5210,00	150	22	30	52,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,00		
Көптең жеміс сусыны	200	200	200	көптең жеміс қант су	1700,00 550,00	20	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50		
Бидай және қара бидай папы	20	35	40	бидай және қара бидай папы	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Районның жалпы бағасы												574,53	683,10	716,14		
Районның 16% КҚС ескергендегі бағасы												666,45	792,40	830,72		
Қалония мөлшері, ккал												401,60	505,55	525,40		
Ақуыз												26,10	30,60	33,10		
Майлар												14,00	18,95	20,40		
Көмірсулар												42,10	52,80	57,00		

3-ақта 1 күн

Тағамның атауы	Шығамы, г			Баға	Бүткілі, г			Солмағы			Дайыл тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті күріш ботқасы	200	230	250		30	35	40	18,90	22,05	25,20	151,91	168,61	198,31
				күріш									
				сары май	10	10	10	52,10	52,10	52,10			
				Водяной тұз	2,0	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
				сүт 2,5%	120	140	180	78,00	91,00	117,00			
				көп	5	6	7	2,75	3,30	3,85			
Қанжар сүтпен	200	200	200	қанжар сүтпен	4	4	4	22,00	22,00	22,00	92,50	92,50	92,50
				қанжар сүтпен	100	100	100	65,00	65,00	65,00			
				сүт 2,5%	110	110	110	0,00	0,00	0,00			
				су	10	10	10	5,50	5,50	5,50			
Алма	120	120	120	алма	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Ботқалы және қара ботқалы наны	20	35	40	ботқалы және қара ботқалы наны	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Рационның жалпы бағасы											345,41	370,36	402,81
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы											400,68	429,62	467,26
Калория мөлшері, ккал											499,29	573,70	612,06
Ақуыз											12,74	14,87	16,03
Майлар											11,33	12,65	13,49
Қоғамдық											85,89	99,14	105,68

3-тап 3-күн

Тағамның атауы	Шығымы, г			Тағамның құрамы	Баға	Бүрткі, г			Сомасы			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Сүтті қары ботқасы	200	230	250	тары дақалы сары май нодатын сүз сүт 2,5% көміс	630,00 5210,00 80,00 650,00 550,00	30 10 2,0 120 5	35 10 2,0 140 6	40 10 2,0 180 7	18,90 52,10 0,16 78,00 2,75	22,05 52,10 0,16 91,00 3,30	25,20 52,10 0,16 117,00 3,85	151,91	168,61	198,31
Бидай және қара бидай наны	20	35	40	бидай және қара бидай наны	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Алма	120	120	120	алма	750,00	120	120	120	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
"Денсаулық сусымы"	200	200	200	лимон алма көміс	1800,00 750,00 550,00	15 89 10	15 89 10	15 89 10	27,00 66,75 5,50	27,00 66,75 5,50	27,00 66,75 5,50	99,25	99,25	99,25
Рационның жалпы бағасы				су		150	150	150	0,00	0,00	0,00	352,16	377,11	409,56
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												408,51	437,45	475,09
Калория мөлшері, ккал												413,42	483,75	519,40
Ақуыз												9,54	11,66	12,8
Майлар												8,47	9,83	10,69
Көмірсулар												73,28	85,47	91,3

4-күні 4-ші күні

Тағамның атауы	Шығымы, г			Баға	Күрделі, г			Сыйма			Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып		7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қаймақ қосылған бұқтырылған тұздық еті	70	90	100		3500,00	107	115	320,00	374,50	402,50	372,08	428,70	467,12
					2103,00	10	10	21,03	21,03	21,03			
					350,00	3	5	1,05	1,75	1,75			
					5210,00	4	8	20,84	31,26	41,68			
					80,00	2,0	2,0	0,16	0,16	0,16			
					5210,00	3	3	15,63	15,63	15,63	48,52	48,52	48,52
Қаймақты-томат тұздығы	25	25	25		2103,00	10	10	21,03	21,03	21,03			
					80,00	2	2	0,16	0,16	0,16			
					350,00	2	2	0,70	0,70	0,70			
					2200,00	5	5	11,00	11,00	11,00			
Гарнир: картоп ебісі	130	150	180		350,00	150	174	32,50	60,90	72,45	103,43	147,13	139,00
					650,00	22	30	14,30	15,60	19,50			
					80,00	2,0	2,00	0,16	0,16	0,16			
					5210,00	7	9	36,47	36,47	46,89			
Кешкен жеміс сусыны	200	200	200		1700,00	20	20	34,00	34,00	34,00	39,50	39,50	39,50
					550,00	10	10	5,50	5,50	5,50			
					200	200	200	0,00	0,00	0,00			
Бағдай және қара бидай наны	20	35	40		550,00	20	35	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00
Бағдай және қара бидай наны													
Рационның жалпы бағасы											574,53	683,10	716,14
Рационның 16% ККС өскерегенді бағасы											666,45	792,40	830,72
Калория мөлшері, ккал											401,60	505,55	525,40
Ақуыз											26,10	30,60	33,10
Майлар											14,00	18,95	20,40
Қант											42,10	52,50	57,00

4 апта 5-ші күн

Тағамның атауы	Шығамы, г/мг			Тағамның құрамы	Баға	Брутто, г				Сомасы				Дайын тағамның құны		
	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып			7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	11-14 жас 5-9 сынып	15-18 жас 10-11 сынып	7-10 жас 1-4 сынып	15-18 жас 10-11 сынып
Қызыл және қызылжас кешендері (баланы)	60	80	100	қызылжас кешен	800,00	40	45	50	32,00	36,00	40,00	63,50	76,50	85,00		
Нарын	75/100/100	75/100/100	75/100/100	жылқы еті (сүйексіз) Водяной суп	5100,00	122	122	122	622,20	622,20	622,20	661,39	661,39	661,39		
				бұрыш	80,00	2	2	2	0,16	0,16	0,16					
				кешен	250,00	15	15	15	3,75	3,75	3,75					
				кешен	630,00	100	100	100	0,00	0,00	0,00					
Бағалы алма компоты	200	200	200	Бағалы алма көмір	750,00	143	143	143	107,25	107,25	107,25	112,75	112,75	112,75		
Бағалы және қара бағалы нан	20	35	40	су	550,00	120	120	120	0,00	0,00	0,00					
Рационның жалпы бағасы				Бағалы және қара бағалы нан	550,00	20	35	40	11,00	19,25	22,00	11,00	19,25	22,00		
Рационның 16% ККС ескергендегі бағасы												848,64	869,89	881,14		
Калория мөлшері, кж/л												984,42	1009,07	1022,12		
Ақуыз												271,73	306,98	319,73		
Майлар												36,4	27,4	28,00		
Қоғамдық												2,9	3,05	3,2		
Қоғамдық												29	36,1	38,60		

Орташа тамақтану құны 723 тг. (16% ККС). (7-10 жас 662,1 тг, 11-15 жас 714,7 тг, 16-18 жас 791,7 тг)