

Бекітемін  
"Аленка" бөбек-жай балабақша "  
КМҚК директоры  
Ставничук И.А.



Жазғы - күзгі он күндік мәзір "Аленка" бөбек-жайы " КМҚМ

26.10.2022-08.11.2022

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
26.10.22	- Жүгері сүт ботқасы / сүзбе кремі - Майы бар нан / майы бар нан, ірімшік - Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған какао  10.00 Банан, жеміс шырыны / алма	- Жасыл бұршағы бар сәбізден жасалған Салат / тұздалған қияр -ш/б-ға қаймағы бар жұмыртқасы бар Чехиялық сорпа (сиыр еті) - құс еті порциялы -пісірілген күріш / сиыр етінен жасалған Палау /Картоп пюресі - Кептірілген жемістердің компотизи + "С" дәрумені / лимон қышқылы қосылған кептірілген жемістердің компоты - Бидай наны	- Пісірілген мүйіздер, көкөніс уылдырығы - Вафли / печенье / Солтүстік зімбір наны " / "Вена" тоқаштары -қант қосылған айран / Снежок / тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай
27.10.22	- Геркулес сүт ботқасы - майы қосылған Батон қайнатылған жұмыртқа -сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған Какао  10.00 Банан / жеміс шырыны алма	- Салат (жаңа қырыққабат, сәбіз, консервіленген жүгері , өсімдік майы / жаңа піскен қияр) - К/б қаймақ қосылған қызылша - Татар тілінде Азу -Кисель+ " С " дәрумені -бидай наны	- Картоп/Джем қосылған бөліш / қарақұмық сүт сорпасы -Көмпит шайы / лимон қосылған тәтті шай
28.10.22	- Сүтті күріш ботқасы -майы бар батон / майы бар батон, сүті бар ірімшік - Какао  10.00 Банан / жеміс шырыны / алма	- Қызылша салаты / балғын қызанақ / балғын қияр / тұздалған қияр -қаймақ қосылған үрме бұршақ сорпасы к / б -котлет балық/Палау (сиыр еті 100%) / биточки (тауық 100%) - Қайнатылған мүйіздер - Тұздық - Лимон қышқылымен кептірілген жеміс компоты -бидай наны	- Картоп/Джем қосылған бөліш / қарақұмық сүт сорпасы -Көмпит шайы / лимон қосылған тәтті шай
31.10.22	- Омлет / сүтті ұнтақ ботқасы - Май және ірімшік қосылған нан - Сүт қосылған кофе сусыны  10.00 Банан / Алма	- Қызылша салаты / балғын қияр / --қаймағы бар тұздық к / б - Құс етінен жасалған котлет 100 % -бұршақ пюресі (01-31) - Тұздық - Кисель + " С " витамині - Бидай наны	- Көкөніс бұқтырмасы /балықпен Үшбұрыш -Вафли /печенье / Пряник "Солтүстік / қысқа тоқаш - Қант қосылған айран / қар Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай



01.11.22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Арпа сүт ботқасы / сүзбе кремi-майы бар Батон</li> <li>- Сүт қосылған кофе сусыны</li> </ul> <p>10.00 алма / Банан / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Қоян" салаты (жаңа сәбіз + өсімдік майы)</li> <li>-К/б-ға қаймақпен көкөніс сорпасы</li> <li>-картоп орамы (құс еті100%)</li> <li>- тұздық</li> <li>- Итмұрын қосылған кептірілген жемістерден жасалған Компот+"С"витамині</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Джем/қоюландырылған сүт / көкөніс Палау/жеміс Палау қосылған Жарма биточкалары</li> <li>- Тәтті шай/лимон қосылған тәтті шай</li> </ul>
02.11.22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүтті бидай ботқасы</li> <li>- Майы бар Батон / майы бар Батон, ірімшік / / қайнатылған жұмыртқа</li> <li>- Сүт қосылған Какао</li> </ul> <p>10.00 жеміс шырыны / Банан / алма</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Жаңа қияр / жаңа піскен қызанақ / қызылшасалаты</li> <li>-К/бқаймақпен</li> <li>- Ет және жұмыртқа қосылған зразалар (50/50)</li> <li>-Вермишель</li> <li>-Тұздық</li> <li>-С витамині бар жеміс киселі</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Қоюландырылған сүт /Джем қосылған ірімшіктер. / Қарақұмық сүт сорпасы</li> <li>-Вафли / Печенье / зімбір наны "солтүстік"</li> <li>- Тәтті шай / тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай</li> </ul>
03.11.22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүтті ұнтақ ботқасы</li> <li>- майы бар Батон</li> <li>-сүт қосылған кофе сусыны</li> </ul> <p>10.00 алма / Банан / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Қоян" салаты (өсімдік майы қосылған жаңа сәбіз)</li> <li>- К/б үйдегі кеспе сорпасы</li> <li>- Құс еті порциялы</li> <li>- Бұқтырылған қырыққабат / картоп пюресі</li> <li>- Итмұрын С витамині бар с/ф компоты</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы</li> <li>- "Кух"Пирогы</li> <li>- Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай</li> </ul>
04.11.22	<p>"Достық" ботқасы (күріш+тары) сүт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Майы бар нан</li> <li>- Сүт қосылған Какао</li> </ul> <p>10.00 алма / Банан / жеміс шырыны / айран</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Витаминный" салаты (қырыққабат сәбіз өсімдік майы) / қызылша салаты</li> <li>- Қаймақ қосылған ш/б "Харчо" сорпасы</li> <li>-Манты (құс еті 50% сиыр еті 50%)</li> <li>- С витамині бар жеміс киселі</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Көкөніс бұқтырмасы / Омлет / сүзбе Крем</li> <li>-Вафли / Печенье / Пряник "Северный"</li> <li>- Тәтті шай</li> </ul>
07.11.22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Геркулес сүт ботқасы</li> <li>- Май және ірімшік қосылған нан</li> <li>- Сүт қосылған кофе сусыны</li> </ul> <p>10.00 алма / Банан / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Жаңа піскен қызанақ / тұздалған қияр</li> <li>- Қ/б бұршақ сорпасы</li> <li>- Ет гуляшы (сиыр еті)</li> <li>- Картоп пюрес</li> <li>- С/ф-дан С витамині және итмұрын қосылған Компот</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Чех тіліндегі сорпа</li> <li>- Сүзбе/джеммен созыңыз</li> <li>- Тәтті шай</li> </ul>
08.11.22	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тары ботқасы</li> <li>-майы бар Батон</li> <li>Қайнатылған жұмыртқа</li> <li>- Сүт қосылған Какао</li> </ul> <p>10.00 Банан / жеміс шырыны / алма</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Өсімдік майындағы жаңа піскен қияр мен қызанақ салаты / қызылша салаты / витамин салаты</li> <li>- К/б қаймақ қосылған жұмыртқа және жасыл бұршақ қосылған сорпа</li> <li>- Жалқау қырыққабат орамдары (сиыр еті 50%, құс еті 50%)/тефтели (тауықтар 100%)</li> <li>- Бұршақ пюресі</li> <li>- С витамині бар жеміс киселі</li> <li>- Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Үгітілген ірімшік конустары / ірімшікпен пісірілген картоп</li> <li>- Печенье/Вафли / Пряник "Солтүстік" Вена Скобасы</li> <li>- Қант пен лимон қосылған шай</li> </ul>



Утверждаю  
 Директор КГКП "Ясли-сад" Аленка"  
 Ставничук И.А.



22. 10 2022г

**Перспективное десятидневное меню осень-зима  
 КГКП "Ясли-сад" Аленка" 26.10.22- 08.11.22**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
1 день 26.10.22	-Каша кукурузная молочная / Творожный крем -Батон с маслом/батон с маслом, сыром -Кофейный напиток с молоком/какао с молоком  <b>10.00</b> Банан/ фруктовый сок/яблоко	-Салат из моркови с зеленым горошком/соленый огурец -Суп по-чешски с яйцом со сметаной на к/б(говядина) Суп лапша на к/б -Мясо птицы порционно -Отварной рис /Плов из мяса говядины/Картофельное пюре/отварная гречка -Компот из сухофруктов + витамин «С» / Компот из сухофруктов +шиповник -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки, овощная икра -Вафли /печенье / пряник северный» / Сдоба «Венская» -Кефир с сахаром /Снежок / чай сладкий / чай сладкий с лимоном
2 день 27.10.22	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом Отварное яйцо -Кофейный напиток с молоком /Какао с молоком  <b>10.00</b> Банан / Фруктовый сок Яблоко	-Салат (свежая капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло растительное / Свежий огурец) -Свекольник со сметаной на к/б -Азу по-татарски /Жаркое с мясом говядины - /Компот из с/ф+шиповник -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный молочный/ Творожно-манная запеканка со сгущённым молоком повидлом /Отварные макаронны с сыром -Вафли/ домашнее печенье / печенье -Чай с Конфетой / Чай с молоком и сахаром / -Чай сладкий с лимоном
3 день 28.10.22	-Каша рисовая молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыром - Какао с молоком/Чай с молоком  <b>10.00</b> Банан / Фруктовый сок / Яблоко	-Салат свекольный /свежий помидор/ Свежий огурец /соленый огурчик -Суп фасолевый со сметаной на к/б -Котлета рыбная/плов с мясом пт ,биточки (куры50 %+говядина50%) -Отварные рожки/отварной рис -Соус -Компот из сухофруктов с шиповником кислотой -Хлеб пшеничный	-Пирожок с картошкой/повидлом/Суп молочный гречневый -Чай с Конфетой / Чай сладкий Чай сладкий с лимоном
4 день 31.10.22	-Омлет/Каша манная молочная -Батон с маслом и сыром -Кофейный напиток с молоком /Какао с молоком  <b>10.00</b> Банан/Яблоко	-Салат Зайчик / Свежий огурец / --Рассольник со сметаной на к/б -Котлета из мяса птицы 100 % -Гороховое пюре (01-31) -Соус - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу Треугольник с рыбой -Вафли/печенье /Пряник «Северный /песочный рогалик -Кефир с сахаром / Снежок Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном



5день 01.11.22	-Каша ячневая молочная /Творожный крем -Батон с маслом -Кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок фруктовый	-Соленый огурец -Суп овощной со сметаной на к/б -Картофельный рулет(мясо птицы100%) Мясной рулет с яйцом (мясо пт./мясо гов. ) Гороховое пюре - Соус -Компот из сухофруктов с шиповником+ витамин «С» -Хлеб пшеничный	-Маннeе биточки с повидлом/сгущенным молоком / Плов овощной/плов фруктовый -Чай сладкий/Чай сладкий с лимоном
6день 02.11.22	-Каша пшеничная молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыр / /Отварное яйцо -Какао с молоком  <b>10.00</b> Сок фруктовый/Банан/Яблоко	-Свежий огурец/Свежий помидор / салат свекольный -Щи со сметаной на к/б -Зразы с мясом и яйцом (50/50) -Вермишель -Соус - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Сырники со сгущенным молоком /повидл. / /Творожная запеканка со сгущенкой Суп гречневый молочный -Вафли/Печенье/ Пряник «Северный» -Чай с Конфетой / Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном
7день 03.11.22	-Каша манная молочная -Батон с маслом -Кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/сок фруктовый .	-Салат марковный . -Суп лапша домашняя на к/б/Суп по Чешски на к/б -Мясо птицы порционно/ Бигус с мясом говядины -Картофельное пюре -Компот из с/ф с витамином С / с шиповником/Сок фруктовый -Хлеб пшеничный	-Суп из рыбных консервов/Суп рыбный из свежей рыбы -Пирог «Кух» -Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном
8день 04.11.22	Каша«Дружба»(рис+пшено ) молочная -Батон с маслом -Какао с молоком /Кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок фруктовый /кефир с сахаром	-Салат «Витаминный» (капуста+ морковь ) /салат свекольный -Суп «Харчо» на к/б со сметаной -Манты (мясо птицы 50% мясо говядина 50% ) -Кисель фруктовый с витамином С Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу / Омлет/ Творожный крем -Вафли/Печенье/ Пряник «Северный» -Чай сладкий
9день 07.11.22	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом и сыром -Кофейный напиток с молоком <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок фруктовый	-Свежий помидор/соленый огурец -Суп фасолевый на к/б/Суп гороховый на к/б -Гуляш мясной (мясо говядины) -Картофельное пюре/Вермишель .Соус -Компот из с/ф с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп по-чешски на к/б -Растягай с творогом/повидлом/яблоком -Чай сладкий
10день 08.11.22	-Каша пшеничная -Батон с маслом Отварное яйцо -Какао с молоком  <b>10.00</b> Банан/Сок фруктовый/Яблоко	-Салат из свежих огурцов и помидор на растительном масле/свекольный салат/салат витаминный -Суп с яйцом и зеленым горошком со сметаной на к/б /Суп полевой на к/б -Ленивые голубцы (мясо говядины 50%, мясо птицы 50%)/тефтели(куры 100 %) -Гороховое пюре Плов с мясом (птицы/говядины) - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Рожки с тертым сыром/Картофель запеченный с сыром -Печенье /Вафли/Пряник «Северный» Сдоба Венская -Чай с сахаром и лимоном