

Бекітемін
Директоры
"Алёнка бөбек-жай балабақша" КМҚМ
Ставничук И. А.
2023



Перспективалық десятидневное мәзір жаз-күз Ясли-бақшасы "Алёнка"
09.01.23 - 20.01.23

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
09.01.23	- Сүтті жүгері ботқасы - Сүт қосылған Какао - Май, ірімшік қосылған Батон 10.00 Шырын / алма / йогурт / банан	- Салат (сәбіз+зел.бұршақ) - Жұмыртқа , қаймақ қосылған "Чех" сорпасы - Ет қосылған Палау құс / сиыр еті - С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны	- Макарон қосылған көкөніс уылдырығы - Қант қосылған шай -Печенье\зімбір \ вафли
10.01.23	- Геркулес ботқасы -сүт қосылған кофе сусыны - Майы бар нан, жұмыртқа 1/2 10.00 Алма / йогурт / банан	- Салат (қасиетті қырыққабат+жылқы.жүгері - К/б қаймақ қосылған қызылша - Сиыр етімен Азу - Кисель +вит.С С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны	- Кулеш пшениный сүт - Қант қосылған шай, сүт қосылған - Үй печеньесі.\зімбір
11.01.23	- Күріш ботқасы -Сүт қосылған Какао - Май,ірімшік қосылған Батон 10.00 Алма / йогурт / банан	- Салат (қызылша) - К/б қаймақ қосылған бұршақ сорпасы - Балық котлеттері - қайнатылған мүйіздер, тұздық - Итмұрынмен с/ф компоты+"с"виті - Бидай наны	- картоп пирогы - Лимон қосылған шай
12.01.23	- Омлет\жарма ботқасы - кофе сусыны -майы бар Батон 10.00 Алма / шырын / банан	- Жаңа қияр - К/б қаймақ қосылған тұздық - Құс етінен котлет - Бұршақ пюреі-тұздық - Кисель+вит "С" С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны	- - Көкөніс бұқасы - Қант қосылған қарлайран - Печенье
13.01.23	- Сүтті арпа ботқасы - Сүт қосылған кофе сусыны - Майы бар нан 10.00 Алма / шырын / банан	- "Қоян"Салаты - Қаймақпен көкөніс сорпасы - Картоп орамы (құс еті) -соус - компот с/ф итмұрын +вит "С"/ - Бидай наны	- Жеміс/көкөніс палауы / Джем қосылған құймақ - Шай

16.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - сүтті бидай ботқасы - Сүт қосылған Какао - Май, ірімшік қосылған Батон <p>10.00 Алма / йогурт / банан / шырын</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Қаймақпен бірге жаңа піскен қызанақ/қияр/ - Ши - Ет зразалары (сиыр еті 50% / құс еті 50%) - Вермишель -Тұздық . - Кисель+вит "С" С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Қарақұмық сүт сорпасы/қоюландырылған сүт / Джем қосылған ірімшіктер - Шай - Вафли / печенье
17.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - Сүтті ұнтақ ботқасы -сүт қосылған кофе сусыны - Пісірілген май/ жұмыртқа қосылған Батон <p>10.00 Алма / шырын\ банан\йогурт</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Жаңа піскен қызанақ - Қаймақпен ш / б қызылша - Сиыр еті / құс еті қосылған Бигус-картоп пюресі - Итмұрын +витС С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Консервіленген балық/жаңа балық сорпасы - Кух Пирогы - Шай
18.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - Сүт ботқасы "Достық" - Сүт қосылған Какао - Майы бар нан, <p>10.00 Алма / шырын / банан</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Витаминді Салат - Қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы - Манти (сиыр еті 50% құс еті 50%) - қайнатылған вермишель - .Тұздық - Кисель+вит "С" С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Көкөніс бұқтырмасы / Омлет - Вафли / Печенье / Зімбір - Тәтті шай
19.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - Сүтті геркулес ботқасы - Сүт қосылған кофе сусыны - Майы бар нан, ірімшік <p>10.00 Алма / шырын / банан</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Жаңа піскен қызанақ -Құб бұршақ сорпасы - ет Гуляшы (сиыр еті) картоп пюресі - Итмұрын қосылған с/ф компоты+"С"виті / жеміс шырыны - Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> К / б Чех сорпасы - Сүзбе/джеммен созыңыз Тәтті шай
20.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - Тары сүт ботқасы -сүт қосылған шай - Ботон майы, ірімшік <p>10.00 Алма\ иогурт\банан</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Қасиетті қырыққабат салаты - К/б кеспе сорпасы - Құс еті порциялы-күрішті гарнир. - Тұздық - Итмұрын +витС С/ф+вит "С"компоты - Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Балық сорпасы қытырлақ балық консервілері - Қант қосылған шай, лимон

Утверждаю
 Директор
 КГКП «Ясли-сад «Аленка»
 Ставничук И.А.
 « 09.01.23 » 2023г



Перспективное десятидневное меню осень-зима КГКП «Ясли-сад «Аленка»

09.01.2023 - 20.01.2023

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
09.01.23 1 день	-Каша кукурузная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом, сыром 10.00 Сок/яблоко /банан	-Салат(морковь+зел.горошек) -Суп по «Чешски» с яйцом , сметаной на к/б -Плов с мясом птицы/говядины -Компот из с/ф+вит «С» -Хлеб пшеничный	- Овощная икра с макаронами -Чай с сахаром -Печенье\пряник \Вафля
10.01.23 2 день	-Каша геркулесовая - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, яйцо 1/2 10.00 Яблоко /банан	-Салат (св. капуста+кон.кукуруза) -Свекольник со сметаной на к/б -Азу с мясом говядины - Кисель +вит.С/ Компот из с/ф с шиповником+вит «С» -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный молочный -Чай с сахаром, с молоком -Домашнее печенье.\пряник
11.01.23 3 день	-Каша рисовая -.Какао с молоком -Батон с маслом,сыром 10.00 Яблоко /банан	-Салат(свекла) - Суп фасолевый со сметаной на к\б -Котлета рыбная -Отварные рожки, соус -Компот из с/ф с шиповником+вит «С» -Хлеб пшеничный	-Пирожок с картошкой - Чай с лимоном
.12.01.23 4 день	-Омлет\Каша манная -Кофейный напиток -Батон с маслом 10.00 Яблоко /Сок/банан	-Свежий огурчик -Рассольник со сметаной на к/б -Котлета из мяса птицы -Гороховое пюре -Соус - Кисель+вит «С» Компот из с/ф с шиповником+вит «С» -Хлеб пшеничный	- -Овощное рагу -Снежок\кефир с сахаром -Печенье
13.01.23. 5 день	-Каша ячневая молочная - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом 10.00 Яблоко/Сок/банан	-Салат «Зайчик» -Суп овощной со сметаной на к/б -Картофельный рулет(мясо птицы) -Соус - Компот из с/ф с шиповником	- Плов фруктовый\ овощной/Оладьи с повидлом -Чай



		+вит «С»/ -Хлеб пшеничный	
16.01.23 6день	- каша пшеничная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом, сыром 10.00 Яблоко/ банан/сок	- Свежий помидор/огурец/ -Щи на к\б со сметаной - Зразы мясные(говядина 50%/птица 50%) -Вермишель -.Соус . -Кисель+вит «С» Компот из с/ф с шиповником+вит «С» -Хлеб пшеничный	-Суп гречневый молочный \сырники со сгущенным молоком/повидлом -Чай -Вафля/печенье
17.01.23 7день	-Каша манная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом/ яйцо отварное 10.00 Яблоко/Сок\ банан	-Свежий помидор -Свекольник на к/б со сметаной -Бигус с мясом говядины\птицы -Картофельное пюре - Компот из с/ф с шиповником +витС -Хлеб пшеничный	-Суп из рыбных консервов/из свежей рыбы -Пирог Кух -Чай
18.01.23 8день	-Каша " Дружба " молочная -Какао с молоком -Батон с маслом, 10.00 Яблоко/Сок/банан	-Салат витаминный -Суп "Харчо" к\б со сметаной -Манты (мясо говядина50% мясо птицы 50%) -Отварная вермишель -.Соус -Кисель+вит «С»/Компот из с/ф с шиповником+вит «С» -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу/Омлет -Вафля/Печенье/Пряник -Чай сладкий
19.01.23 9день	-.Каша геркулесовая молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом,сыр 10.00 Яблоко/Сок/ банан	- Свежий помидор -Суп фасолевый на к/б -Гуляш мясной (м. говядины) Картофельное пюре - Компот из с/ф с шиповником+вит «С»/Сок фруктовый -Хлеб пшеничный	Суп по Чешски на к/б -Растягай с творогом/повидлом Чай сладкий
20.01.23 10день	-Каша пшеничная молочная -Чай с молоком -Ботон с маслом, сыр 10.00 Яблоко \банан	-Салат из св.капусты -Суп лапша на к/б -Мясо птицы порционно -Рисовый гарнир. -Соус -Компот из с/ф с шиповником +витС -Хлеб пшеничный	-Суп рыбный из рыбных консервов с гренками -Чай с сахаром, лимоном