**Жаздық-күздік 10 күндік ас мәзірі «Балақай» бөбекжайы 2022-2023жж**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 КҮН** | **2 КҮН** | **3 КҮН** | **4 КҮН** | **5 КҮН** |
| **ТАНҒЫ АС** | **ТАНҒЫ АС** | **ТАНҒЫ АС**  | **ТАНҒЫ АС** | **ТАНҒЫ АС**  |
| **Бидай жарма ботқасы**Б/жарма 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Ірімшік 3/5 Нан 15/25**Сүтті шай** Шай 0,2/0,2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Жүгері ботқасы** Жүгері 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Тосап (варенье) 7/8 Нан 15/25**Какао** Какао 1/2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Тары ботқасы**Тары 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Нан 15/25**Сүтті шай**  Шай 0,2/0,2Сүт 35/40Қант 5/10 |  **Геркулес ботқасы** Геркулес 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Тосап (варенье) 7/8 Нан 15/25**Какао** Какао 1/2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Сүзбе** Сүзбе 50/50Қаймақ 4/5 Қант 5/8 Нан 15/25**Сүтті шай** Шай 0,2/0,2Сүт 35/40Қант 5/10 |
| **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** |
|  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**  Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |
| **ТҮСКІ АС- І** | **ТҮСКІ АС-І** | **ТҮСКІ АС-І**  | **ТҮСКІ АС-І**  | **ТҮСКІ АС –І** |
| **Кеспе сорпасы** Ет /тауық еті 30/35Ұн 15/20Жұмыртқа 0,05/0,05Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3Өс/майы 1/2 | **Фрикадельки сорпасы**Ет 30/35Жұмыртқа 0,05/0,05Өсімдік майы 1/2Картоп 30/40Ұн 5/7Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 | **Бұршақ сорпасы** Ет 25/30Өсімдік майы 1/2Картоп 30/35Бұршақ 25/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 | **Борщ сорпасы**Ет / тауық еті 30/35Өсімдік майы 1/2Орамжапырақ 50/60Қызылша 15/20Қаймақ 4/5Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 | **Күріш сорпасы** Ет 30/35Күріш 15/20Өс/майы 1/2Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 |
| **ТҮСКІ АС –ІІ** | **ТҮСКІ АС –ІІ** | **ТҮСКІ АС ІІ** | **ТҮСКІ АС –ІІ** | **ТҮСКІ АС-ІІ** |
| **Етті қарақұмық**Ет 55/65Өс/майы 3/4Қарақұмық 30/40Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 1/2**Қияр-қызанақ салаты** Өсімдік майы 1/2 Қияр 20/30 Қызанақ 20/30 Пияз 4/5 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1 **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10Нан 30/60 | **Бұқтырылған картоп**Ет 35/45Өс/майы 3/3Картоп 130/150Сәбіз 10/15Пияз 10/15 Тұз 0,4/1Томат 2/3**Орамжапырақ салаты** Орамжапырақ 40/50 Сәбіз 10/10 Өсімдік майы 1/2 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1 Лимон 1/1**Кисель** Кисель 15/25Нан 30/60 | **Палау** Ет /тауық еті 30/35Өс/майы 4/5Күріш 30/45Сәбіз 15/20Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3**Сәбіз салаты**  Сәбіз 50/60 Өсімдік майы 1/2 Пияз 4/5 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1 Лимон 1/1**Шырын** Шырын 150/180Нан 30/60  | **Манты** Ет 55/65Өсімдік майы 2/3Жұмыртқа 0,05/0,05Ұн 30/45Пияз 10/15Тұз 0,4/1Орамжапырақ 10/10**Қияр-қызанақ салаты** Өсімдік майы 1/1 Қияр 20/30 Қызанақ 20/30 Пияз 4/5 Сарымсақ 1/1 Тұз 0,4/1**Компот** Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10Нан 30/60 | **Фаршталған т/бұрыш** Ет 55/65Күріш 15/15Өс/майы 3/5Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3Т/бұрыш 120/125 **Қияр-қызанақ салаты** Өсімдік майы 1/1 Қияр 20/30 Қызанақ 20/30 Пияз 4/5 Сарымсақ 1/1 Тұз 0,4/1**Кисель**Кисель 15/25Нан 30/60 |
| **БЕСІН АС** | **БЕСІН АС** | **БЕСІН АС** | **БЕСІН АС**  | **БЕСІН АС** |
| Вафли 15/30Кисель 15/25Банан 90/70 |  Печенье/пряник 25/25Сүт 150/180Алма 90/70 | С/печеньесі/печенье 25/25Сүт қышқылы/сүт 150/180Банан 90/70  | Пряник/печенье 25/25Шырын 150/180Алма 90/70 | Вафли 15/30Сүт 150/180Алма 90/70 |
| **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС**  | **КЕШКІ АС**  |
| **Сүт көже** Күріш 20/25Сүт 70/70Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 **Шырын**  Шырын 150/180 Нан 15/25  | **Етті тоқаш**Ет 20/20Өс/майы 1/2Картоп 15/25Пияз 10/15Ұн 30/40Маргарин 5/7Ашытқы 0,5/0,5Жұмыртқа 0,1/0,1Тұз 0,4/1Қант 4/5 **Шырын** 150/180 | **Етті түшпара**Ет 30/35Сарымай 3/5Пияз 5/10Тұз 0,4/1Ұн 30/45Жұмыртқа 0,05/0,1 **Компот**  К/жеміс 10/10 Қант 8/10 Нан 15/25 |  **Бұқтырылған көкөніс**Өсімдік майы 2/3Картоп 80/90Сәбіз 5/15Пияз 5/10 Тұз 0,4/1Томат 2/3Орамжапырақ 70/80 **Тәтті шай**  Шай 0,2/0,2 Қант 5/10 Нан 15/25 |  **Вареники/түшпара**Сарымай 5/5Өс/майы 1/1Картоп 140/150/(Ет 30/35)Жұмыртқа 0,05/0,1Пияз 5/10Тұз 0,4/1Ұн 30/45**Шырын**  Шырын 150/180 Нан 15/25 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **6 КҮН** | **7 КҮН** | **8 КҮН** | **9 КҮН** | **10 КҮН** |
| **ТАНҒЫ АС**  | **ТАНҒЫ АС** | **ТАНҒЫ АС**  | **ТАНҒЫ АС**  | **ТАНҒЫ АС**  |
| **Күріш ботқасы**Күріш 20/30Сүт 90/100 Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Тосап(варенье) 7/8 Нан 15/25**Какао** Какао 1/2Сүт 35/40Қант 5/10 |  **Қайнатылған** Жұмыртқа 1/1 Сарымай 7/8 Нан 15/25**Сүтті шай**  Шай 0,2/0,2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Достық ботқасы**Күріш 10/15Тары 10/15Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Нан 15/25**Какао** Какао 1/2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Жүгері жарма****ботқасы** Жүгері жармасы 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Тосап (варенье) 7/8 Нан 15/25**Сүтті шай** Шай 0,2/0,2Сүт 35/40Қант 5/10 | **Жарма ботқасы**Жарма 20/30Сүт 90/100Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 Сарымай 7/8 Нан 15/25**Какао** Какао 1/2Сүт 35/40Қант 5/10 |
| **ТАНҒЫ АС-ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** | **ТАНҒЫ АС–ІІ сағ.10.00** |
|  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |  **Компот**Кепкен жеміс 10/10Қант 9/10 |
| **ТҮСКІ АС-І** | **ТҮСКІ АС-І** | **ТҮСКІ АС –І** | **ТҮСКІ АС –І** | **ТҮСКІ АС-І** |
| **Қарақұмық сорпасы** Ет 30/35Өс/майы 1/1Қарақұмық 15/20Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3Қаймақ 4/5 | **Кеспе сорпасы** Ет /тауық еті 25/30Ұн 15/20Жұмыртқа 0,05/0,05Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3Өс/майы 1/2 | **Перловка сорпасы**Ет 30/35Перловка 15/25Өс/майы 1/2Картоп 30/35Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 1/2 | **Фрикадельки сорпасы**Ет 30/35Жұмыртқа 0,05/0,05Өсімдік майы 1/2Картоп 30/40Ұн 5/7Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 | **Жұмыртқа сорпасы** Ет 30/35Тары 5/10Өс/майы 1/2Жұмыртқа 0,1/0,1 Сәбіз 10/15Картоп 30/35Пияз 10/15Тұз 0,4/1 Томат 2/3 |
| **ТҮСКІ АС-ІІ** | **ТҮСКІ АС-ІІ** | **ТҮСКІ АС-ІІ** | **ТҮСКІ АС-ІІ** | **ТҮСКІ АС-ІІ** |
| **Тефтели картоп езбесі**Ет 55/65Күріш 10/15Өс/майы 3/4Картоп 130/150Сүт 5/10Сарымай 4/5Жұмыртқа 0,05/0,1Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3**Қияр-қызанақ салаты** Өсімдік майы 1/2 Қияр 20/30 Қызанақ 20/30 Пияз 4/5 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1**Компот** К /жеміс 10/10Қант 9/10Нан 30/60 | **Палау** Ет /тауық еті 30/35Өсімдік майы 3/3Күріш 30/45Сәбіз 15/20Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 **Сәбіз салаты**  Сәбіз 50/60 Өс/майы 1/2 Пияз 4/5 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1 Лимон 1/1**Кисель** Кисель 15/25Нан 30/60 | **Етті орама макарон**Ет 55/65Нан 7/10Жұмыртқа 0,2/0,2Пияз 10/15Тұз 0,4/1Макарон 30/40Сәбіз 10/15Өсімдік майы 2/3Томат 1/2 **Вит. Салаты** Өсімдік майы 1/2 Қызылша 30/40 Сәбіз 10/15 Алма 10/10 Тұз 0,4/1**Компот** К/жеміс 10/10Қант 9/10Нан 30/60 | **Балық/Ет котлеті** **картоп езбесі**Балық 55/65/ (Ет 55/65)Өсімдік майы 3/4Жұмыртқа 0,05/0,1Пияз 10/15Тұз 0,4/1Ұн 10/15Нан 7/10**Картоп езбесі** Картоп 130/150Сүт 5/10Сарымай 4/5**Қияр-қызанақ салаты** Өсімдік майы 1/2 Қияр 20/30 Қызанақ 20/30 Пияз 4/5 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1**Кисель** Кисель 15/25Нан 30/60 |  **Етті макарон** Ет 55/65Өс/майы 3/4Макарон 30/40Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/3 **Орамжапырақ салаты** Орамжапырақ 40/50 Сәбіз 10/10 Өсімдік майы 1/1 Тұз 0,4/1 Сарымсақ 1/1 Лимон 1/1**Шырын** Шырын 150/180Нан 30/60 |
| **БЕСІН АС**  | **БЕСІН АС** | **БЕСІН АС**  | **БЕСІН АС** | **БЕСІН АС**  |
| С/печеньесі/ печенье 25/25Шырын 150/180Банан 90/70 | Пряник/печенье 25/25Сүт қышқылы/сүт 150/180Алма 90/70 | Печенье/пряник 25/25Кисель 15/25Банан 90/70 | Вафли 15/30Сүт 150/180Алма 90/60 | Печенье/с/печенье 25/25**Компот** К /жеміс 10/10Қант 9/10Банан 90/70 |
| **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС** | **КЕШКІ АС**  | **КЕШКІ АС** |
| **Сүт көже макаронмен** Макарон 20/25Сүт 70/70Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 **Кисель**  Кисель 15/25 Нан 15/25 | **Етті түшпара**Ет 30/30Сарымай 3/5Пияз 5/10Тұз 0,4/1Ұн 30/45Жұмыртқа 0,05/0,1 **Шырын**  Шырын 150/180 Нан 15/25 | **Бұқтырылған көкөніс**Өсімдік майы 2/2Картоп 80/90Сәбіз 10/15Пияз 10/15Тұз 0,4/1Томат 2/2 Орамжапырақ 70/80 **Шай**  Шай 0,2/0,2 Қант 5/10 Нан 15/25 |  **Ірімшікті макарон**Макарон 30/40Ірімшік 3/5Пияз 8/10Өс/майы 1/2Сарымай 4/5Тұз 0,4/1 **Компот**  К/жеміс 10/10 Қант 9/10 Нан 15/25 | **Сүт көже** Күріш 20/25Сүт 70/70Сарымай 3/5Қант 9/10Тұз 0,4/1 **Кисель**  Кисель 15/25 Нан 15/25  |

 **28.12.2022 ж білім бөліміне жіберілді**