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

**28.12.2022 ж білім бөліміне жіберілді**