

Бекітемін:

Директор

"Алёнка" бөбекжайы"

КМҚМ

Ставничук И.А.

2023 ж. " 08 " 17



Перспективалы он күндік мәзір "Алёнка" бөбекжай-бақшаеы " КМҚК

18.08.2023-01.09.2023

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
18.08.23.	- Сүт арпа ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны - Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2 Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран	-Бұршақ қосылған Сент -Кале салаты/ жаңа қияр/жаңа қызанақ - К/б қаймақ қосылған қызылша - Сиыр/ құс етінің палауы Порциялы құс еті / ет котлеті (құс еті/сиыр еті) -Қайнатылған макарон / қайнатылған қарақұмық, -тұздық - Құрғақ Компот.фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе -Бидай наны	- Картоп пюресі / қайнатылған макарон, көкөніс уылдырығымен/қайнатылған макарон мен ірімшік - Қант қосылған шай - Печенье / вафли
21.08.23.	- Жарма сүт ботқасы - Қант қосылған шай - Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2 Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран	- Сәбіз салаты - Бұршақ сорпасы к / б - Қарақұмық гарнирі бар ет пирогы (100% құс еті,) / қайнатылған вермишель, - тұздық - С дәрумені бар желе / құрғақ Компот.фр. С витаминімен/ -Бидай наны	- Кулеш сүт - Қант қосылған шай - Печенье / вафли
22.08.23.	- Сүтті бидай ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны - Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2 Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран	-Қызылша салаты - К/б қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы/ - Картоп пюресі бар сиыр еті / қайнатылған вермишель - Құрғақ Компот.фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе -Бидай наны	- Вермишель сүт сорпасы / көкөніс палауы/ - Қант қосылған шай
23.08.23.	- Жүгері сүті ботқасы -Сүт қосылған Какао - Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2 Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран	-Жаңа піскен қияр / көкөніс уылдырығы - Қаймақ қосылған қызылша нак/ б / көкөніс сорпасы / тұздық - Ет орамы (100% құс еті) - күріш / макарон, / картоп пюресі - С дәрумені бар желе / - бидай наны	- Жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа / бұқтырылған көкөністер - Қант қосылған шай - Үйдегі тоқаш
24.08.23	- Жарма сүт ботқасы - Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2 - Қант қосылған шай Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран	-Жаңа піскен қызанақ - К/б қаймақ қосылған тұзды ерітінді -Фрикаделькалар қайнатылған мүйізі бар құс еті / картоп пюресі - Құрғақ Компот.фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе -Бидай наны	- Джем қосылған "Кух" пирогы / сүзбе қосылған шырын - Қант қосылған шай



25.08.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүт арпа боткасы</li> <li>-Сүт қосылған кофе сусыны</li> <li>- Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2</li> <li>Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жаңа қияр мен қызанақ қосылған Салат</li> <li>- К/б қаймақпен К/б үйдегі кеспе</li> <li>Қайнатылған қарақұмық қосылған ет (100% құс еті)</li> <li>- Құрғақ Компот.фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Сүзбе кәстрөлі</li> <li>- Қант қосылған шай</li> </ul>
28.08.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Достық" сүт боткасы</li> <li>-Сүт қосылған Какао</li> <li>- Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2</li> <li>Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Қоян Салаты</li> <li>- Үй кеспесі к/</li> <li>- Порциялы құс еті / ет гуляш (құс еті/сиыр еті )</li> <li>- Картоп пюресі</li> <li>- С дәрумені бар желе /</li> <li>- бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Омлет</li> <li>- Қант қосылған шай</li> <li>-Вафли / печенье / кәмпит</li> </ul>
29.08.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Артек" сүт боткасы</li> <li>- Қант қосылған шай</li> <li>- Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2</li> <li>Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жүгері қосылған жаңа қырықхабат салаты</li> <li>- "Дала"сорпасы к / б</li> <li>- Үйде қуырылған ет (ет сиыр еті)</li> <li>- Құрғақ Компот.фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консервіленген балық сорпасы</li> <li>- Қант қосылған шай-алма қосылған түймелер</li> </ul>
31.08.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүт тары боткасы</li> <li>-Сүт қосылған кофе сусыны -</li> <li>Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2</li> <li>Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жаңа қияр</li> <li>- К/б қаймақ қосылған көкөніс сорпасы</li> <li>- Көкөністермен бұқтырылған балық / ет котлеті (ет-құс еті/сиыр еті)</li> <li>-Қайнатылған күріш / қайнатылған макарон / бұршак пюресі тұздық</li> <li>- С дәрумені бар желе /</li> <li>- бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Қайнатылған макарон мен ірімшік</li> <li>Қант қосылған шай</li> <li>Вафли / печенье / кәмпит</li> </ul>
-01.09.23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүт вермишель сорпасы</li> <li>-Сүт қосылған Какао</li> <li>- Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 1/2</li> <li>Екінші таңғы ас: Алма / жеміс шырыны / Қарлы кесек / қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жаңа піскен қызанақ</li> <li>- К/б қаймақпен</li> <li>- Қайнатылған арпа/ картоп пюресі қосылған құс етінен жасалған Гуляш</li> <li>- Құрғақ Компот. фр. С дәрумені / С дәрумені бар желе</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Көкөніс палауы/ жеміс палауы/құс еті қосылған самса</li> <li>- Қант қосылған шай</li> <li>-Вафли / печенье / кәмпит</li> </ul>





Перспективное десятидневное меню  
КГКП «Ясли-сад«Алёнка»  
18.08.2023-01.09.2023

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
18.08.23. 1 день пятница	-Каша ячневая молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат из св. капусты с горошком/ свежий огурец/свежий помидор -Свекольник со сметаной на к/б -Плов из мяса говядины/ птицы Мясо птицы порционно/ котлета мясная(мясо птицы/говядина) -Отварные макароны/ отварная гречка, -соус -Компот из сух.фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Картофельное пюре / отварные макароны с овощной икрой/отварные макароны с сыром -Чай с сахаром -Печенье/вафля
21.08.23. 2 день понедельник	-Каша манная молочная -Чай с сахаром -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат морковный -Суп Фасолевый на к/б -Котлета мясная (100% мясо птицы,) с гречневым гарниром/ отварная вермишель, -соус -Кисель с витамином С / Компот из сух.фр. с витамином С/ -Хлеб пшеничный	-Кулеш молочный -Чай с сахаром -Печенье/вафля
22.08.23. 3 день вторник	-Каша пшеничная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат свекольный -Суп «Харчо» со сметаной на к/б/ -Бигус из говядины картофельным пюре/отварная вермишель -Компот из сух.фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Суп вермишелевый молочный /плов овощной/ -Чай с сахаром
23.08.23. 4 день среда	-Каша кукурузная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Свежий огурец/икра овощная -Свекольник со сметаной на к/б/ суп овощной/рассольник -Рулет мясной (100% мясо птицы ) -рис / макароны,/картофельное пюре, -соус -Кисель с витамином С / -Хлеб пшеничный	-Суп с яйцом и зеленым горошком/ Овощи тушёные -Чай с сахаром -Домашняя булочка



24.08.23 5 день четверг	-Каша манная молочная -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 -Чай с сахаром  Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Свежий помидор -Рассольник со сметаной на к/б -Тефтели мясо птицы с отварными рожками/картофельным пюре -Компот из сух.фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Пирог «Кух» с повидлом/ сочни с творогом -Чай с сахаром
25.08.23. 6 день пятница	-Каша молочная ячневая -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат со свежими огурцами и помидорами -Щи со сметаной на к/б Лапша домашняя на к/б -Биточки мясные (100% мясо птицы) с отварной гречкой -Компот из сух.фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Творожная запеканка -Чай с сахаром
28.08.23. 7 день понедельник	-Каша «Дружба» молочная -Какао с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат «Зайчик» -Лапша домашняя на к/ -Мясо птицы порционно/гуляш мясной (мясо птицы/говядина ) -Картофельное пюре -Кисель с витамином С / -Хлеб пшеничный	-Омлет -Чай с сахаром -Вафля/печенье /конфета
29.08.23. 8 день вторник	-Каша «Артек» молочная -Чай с сахаром -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2  Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Салат из свежей капусты с кукурузой -Суп «Полевой»на к/б -Домашнее жаркое (мясо говядина) -Компот из сух.фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Суп из рыбных консервов -Чай с сахаром -Расстегаи с яблоком
31.08.23. 9 день четверг	-Каша пшеничная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Свежий огурец -Суп овощной со сметаной на к/б -Рыба тушенная с овощами/котлета мясная(мясо 17 тамыз птицы/говядина) -Отварной рис/ отварные макароны/ гороховое пюре соус -Кисель с витамином С / -Хлеб пшеничный	Отварные макароны с сыром Чай с сахаром Вафля/печенье /конфета
01.09.23. 10 день пятница	-Суп вермишелевый молочный -Какао с молоком -Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	-Свежий помидор -Щи со сметаной на к/б -Гуляш из мяса птицы с отварной перловкой/ картофельным пюре -Компот из сух. фр. с витамином С/ Кисель с витамином С -Хлеб пшеничный	-Плов овощной/ плов фруктовый/самса с мясом птицы -Чай с сахаром -Вафля/печенье /конфета