



Бекітемін
Директоры

"Аләнка бөбек-жай" КМҚМ

Ставничук И.А

30.10.2023г

Перспективалы он күндік мәзір "Аленка" бөбекжай-бақшасы " КМҚК
31.10.23-13.11.23

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
31.10.23	- Жарма сүт ботқасы - Сары май қосылған нан, ірімшік -Сүт қосылған Какао 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Салат - Борщ к/б,м / б қаймақпен / сиыр еті бар Палау. М / құстар / ет қосылған картоп орамы - Компот с / ф, Витус "С", итмұрын / желе -Бидай наны	- Ірімшік қосылған конустар / сүзбе-кремі / көкөніс палауы / жеміс палауы - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли / печенье / кәмпит
01.11.23	- Сүтті бидай/жүгері ботқасы - Сары май мен ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Жаңа қырыққабат салаты - Бұршақ сорпасы к/б, м/б /қызылша к / б қаймақпен - Ет еті/Гуляш -картоп пюресі/қаракұмық, тұздық - Компот с / ф, Витус "С", итмұрын / желе -Бидай наны	- Вермишель сүт сорпасы / омлет - Тәтті шай / лимон қосылған -Джем қосылған "Кух" пирогы
02.11.23	- Жүгері ботқасы / Жарма сүті - Сары май қосылған нан, ірімшік -Сүт қосылған Какао 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айра	-Жаңа қияр / қызанақ / салат - К/б,м/б/ қаймақпен/қызылша к/б,м/б/ қаймақпен - Ет / ет гуляш /Манта орамы - Күріш / арпа / мүйіз, тұздық - Компот с / ф, Витус "С", итмұрын / желе -Бидай наны	- Омлет / сүзбе -Жарма кәстрөлі - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли / печенье / кәмпит
03.11.23	- Сүт арпа ботқасы - 1/2 жұмыртқа майы бар нан - Кофе сусыны 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Жаңа піскен қызанақ / қияр - Қызылша к/б,м/б/ қаймақпен/тұзды ерітінді к/б,м/ б / қаймақпен - Манта - Компот с / ф, Витус "С", итмұрын / желе -Бидай наны	-Қоян Салаты -Картоп пюресі /Джем / картоп пюресі - Тәтті шай / желе
06.11.23	-Тары ботқасы / күріш сүті - 1/2 жұмыртқа майы бар нан - Сүт қосылған шай 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Салат - Сорпа кеспе к/б,м / солянка с м / б -М/құс еті,м/сиыр еті /құс еті/Манта мүйізі бар үй стиліндегі қуыру .Тұздық - "С" витпен желе / итмұрын қосылған кептірілген жемістерден жасалған компот -Бидай наны	-Дала сорпасы/ көкөніс палауы/жеміс жидек/қырыққабат / картоп пирогы/ - "Вена" Тоқаш - Тәтті шай / айран

07.11.23	- Күріш ботқасы / бидай сүті - Сары май қосылған нан, ірімшік - Сүт қосылған Какао -ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Қызылша салаты - Жасыл сорпа.бұршақ пен жұмыртқа / harcho сорпасы - Құс еті порцияланған / Бигус м / г -күріш / картоп пюресі, тұздық - "С" витпен кисель/итмұрынмен с / ф компоты -Бидай наны	- Картоп пюресі/балық котлеті/сүзбе -Жарма кәстрөлі -тәтті шай / лимон қосылған Пряник / вафли / печенье / кәмпит
08.11.23	- "Артек" сүт ботқасы - Сары май/ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны -ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	Сәбіз салаты К/б ,м/б қаймақпен - Ет кесектері/құс еті-қарақұмық. Тұздық - Итмұрын қосылған с/ф компоты вит "С", / желе -Бидай наны	- Тор сорпасы К/В / - сүзбе/Джем қосылған ірімшік - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли / печенье / кәмпит
09.11.23	- Геркулес сүт ботқасы - Сары май қосылған нан / ірімшік / 1 / 2 жұмыртқа -Сүт қосылған Какао 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	-Жаңа піскен қызанақ / қияр / тұз.қияр - К/б, м/б тұшпара қосылған сорпа -Ет Биточки / ет гуляш / балық котлет і-күріш /картоп пюресі.Тұздық - "С" витпен кисель/итмұрынмен с / ф компоты -Бидай наны	- Көкөніс бұқтырмасы / қарақұмық сүт сорпасы - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли/ пряник / кәмпит
10.11.23	- "Достық" Ботқасы - Сары май қосылған нан ірімшік - Сүт қосылған шай 2-ші таңғы ас-шырын / йогурт / алма / банан / Қарлы кесек / айран	- "Харчо" Салат сорпасы к /б / дала сорпасы к /б / шаруа сорпасы к / б - Ет котлеті / картоп орамы -картоп.пюре / күріш / бұршақ пюресі. - Тұздық - Компот с / ф, Витус "С", итмұрын / желе -Бидай наны	-Уылдырық/ірімшік / қоюландырылған сүт /Джем қосылған сүзбе - Жарма кәстрөлі - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли / печенье / кәмпит сүзбе қосылған ірімшік
13.11.23	-Уылдырық/ірімшік / қоюландырылған сүт /Джем қосылған сүзбе - Жарма кәстрөлі - Тәтті шай / лимон қосылған -Пряник / вафли / печенье / кәмпит сүзбе қосылған ірімшік	-Тұздалған қияр / салат - Борщ к/б, м / б қаймақпен -Гуляш ет / балық котлеті / құс еті -Вермишель / мүйіз / күріш / арпа, - тұздық - "С" витпен кисель/итмұрынмен с / ф компоты -Бидай наны	- Картоп .пюре/шаруа сорпасы к /б / ірімшік қосылған пісірілген картоп / балық котлеті - Тәтті шай / лимонмен/ кәмпитпен - Құмды бауырсақ



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

«30» 10 2023г

Перспективное десятидневное меню КГКП «Ясли-сад «Алёнка»
31.10..23-13.11..23

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
31.10..23 1 день	-Каша манная молочная -Батон с маслом ,сыр -Какао с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат -Борщ на к/б со сметано на к/б со смет -Плов с м/говяд. м/птицы / картофельный рулет с мясом -Компот из с/ф, вит «С», шиповник /кисель -Хлеб пшеничный	-Рожки с сыром/творожный крем /Плов овощной /плов фруктовый -Чай сладкий/с лимоном -Пряник/вафли/ печенье/конфета
01.11..23 2 день	-Каша молочная пшеничная/кукурузная -Батон с маслом и сыром -Кофейный напиток с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат из свежей капусты -Суп гороховый на к/б, м/б /Свекольник на к/б со сметаной -Тефтеля мясная/Гуляш - Картофельное пюре/гречка, соус -Компот из с/ф, вит «С», шиповник /кисель -Хлеб пшеничный	-Суп вермишелевый молочный/омлет -Чай сладкий /с лимоном -Пирог "Кух" с повидлом
02.11..23 3 день	-Каша кукурузная/манная молочная -Батон с маслом, сыр -Какао с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Свежий огурец/помидор/салат -Рассольник на к/б,м/б/ со сметаной/Свекольник на к/б,м/б/ со сметаной -Рулет мясной / мясной гуляш /манты -Рис / перловка/рожки, соус -Компот из с/ф, вит «С», шиповник -Хлеб пшеничный	-Омлет/творожно- манная запеканка -Чай сладкий/с лимоном -Пряник/вафли/ печенье/конфета
03.11..23 4 день	-Каша ячневая молочная -Батон с маслом 1/2 яйца -Кофейный напиток 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Свежий помидор/огурец -Свекольник на к/б,м/б/ со сметаной/Рассольник на к/б,м/б/ со сметаной -Манты -Компот из с/ф, вит «С», шиповник /кисель -Хлеб пшеничный	-Салат "Зайчик" -Пирожок с картошкой /повидлом /Картофельное пюре -Чай сладкий/кисель
06.11.23 5 день	-Каша пшенная/ячневая молочная -Батон с маслом 1/2 яйца -Чай с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат -Суп лапша на к/б,м/б /солянка с м/б -Жаркое по-домашнему с м/птицы,м/говяд /мясо птицы порционно Рожки .Соус -Кисель с вит «С»/компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп Полевой/ плов овощной/фруктовый/ пирожок с капустой/картошкой/ -Булочка "Венская" -Чай сладкий/кефир

07.11.23 6день	-Каша рисовая/пшеничная молочная -Батон с маслом, сыр -Какао с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат из свеклы -Суп с зел.горошком и яйцом на к/б /суп Харчо на к/б -Мясо птицы порционно /бигус с м/г -Рис/картофельное пюре, соус -Кисель с вит «С» /компот из с/ф с шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп полевой на к/б/ картофельное пюре/рыбная котлета/творожно- манная запеканка -Чай сладкий/с лимоном -Пряник/вафли/ печенье/конфета
08.11.23 7день	-Каша "Артек" молочная -Батон с маслом/сыр -Кофейный напиток с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат из моркови -Щи на к/б ,м/б со сметаной -Биточки мясные/мясо птицы порционно -Гречка. Соус -Компот из с/ф с шиповником вит «С», /кисель -Хлеб пшеничный	-Суп паутинка на к/б/ -ватрушка с творогом/повидлом -Чай сладкий/с лимоном -Пряник/вафли/ печенье/конфета
09.11.23 8день	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом /сыр/1/2яйца -Какао с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Свежий помидор/ огурец /сол.огурец -Суп с клецками на к/б, м/б -Биточки мясные/гуляш мясной /котлета рыбная - Рис /картофельное пюре.Соус -Кисель с вит «С» /компот из с/ф с шиповником -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу/суп гречневый молочный -Чай сладкий / с лимоном -Пряник/ вафли/ пряник/конфета
10.11.23 9день	-Каша "Дружба" -Батон с маслом сыр -Чай с молоком 2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Салат -Суп"Харчо" на к/б /суп полевой на к/б /суп крестьянский на к/б -Котлета мясная/картофельный рулет -Картоф.пюре/рис/гороховое пюре. -Соус -Компот из с/ф, вит «С», шиповник/кисель -Хлеб пшеничный	-Рожки с икрой/сыром /творожно- манная запеканка со сгущенкой /повидлом -Чай сладкий/ с лимоном -Пряник/вафли /печенье/конфета Ватрушка с творогом
13.11.23 10день	-Каша кукурузная/манная молочная -Батон с маслом ,сыр -Кофейный напиток с молоком/чай с молоком -2-ой завтрак - сок/йогурт/яблоки/банан/сне жок/кефир	-Солёный огурец /салат -Борщ на к/б, м/б со сметаной -Гуляш мясной/котлета рыбная/мясо птицы порционно -Вермишель / рожки/рис/перловка, - Соус -Кисель с вит «С»/компот из с/ф с шиповником -Хлеб пшеничный	- Картофельное .пюре /суп крестьянский на к/б /запеченный картофель с сыром/рыбная котлета -Чай сладкий/с лимоном/ с конфетой -Рогалик песочный