

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



28.02 2024г

Перспективалық десятидневное мәзір жаз-күз Ясли-бақшасы "КМҚК"  
"Алёнка"  
09.02.24-22.02.24

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
09.02.24	- Сүт тары ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны - Сары май қосылған нан - Қайнатылған жұмыртқа  Екінші таңғы ас: Банан / Алма	Салат (қырыққабат +кон.жүгері) - Қаймақ қосылған борщ к/ б / м / б - Ет котлеті (50% м/п, 50% м/г) -қайнатылған қарақұмық.Тұздық -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты - Бидай наны	-Бұқтырылған қырыққабат - Картоп пюресі - Көмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник/ Көмпит / "Вена"Көмпиттері
12.02.24	- Сүт арпа ботқасы -Сүт қосылған Какао - Сары май мен ірімшік қосылған нан  Екінші таңғы ас: Банан / алма / жеміс шырыны/	- -Қызылша салаты / тұз.қияр -сиыр еті қосылған к/б-палауға қаймақ қосылған бұршақ сорпасы -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты - Бидай наны	- Кулеш тары сүті -көмпит қосылған шай / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник/ Көмпит
13.02.24	- Сүтті бидай ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны - Сары май қосылған нан  Екінші таңғы ас: Бананблоко/қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны	-Жаңа сәбіз салаты -к/б қаймақ қосылған "шаруа" сорпасы - Құс еті бар Бигус / тауық еті - Қайнатылған мүйіздер -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты - Бидай наны	-Жаңа піскен қияр/маринадталған қияр -Балық котлеттері/балық көкөністер астында бұқтырылған - Картоп пюресі - Көмпит шайы/сүт және қант шайы / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай Вафли / Печенье / Пряник"Солтүстік" Көмпит
14.02.24	- Жүгері сүті ботқасы -Сүт қосылған Какао - Сары май мен ірімшік қосылған нан  Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны/	--Жаңа қырыққабат пен жасыл бұршақ салаты -К/б қаймақ қосылған қызылша --ет орамы (50% құс еті, 50% сиыр еті) - Қайнатылған күріш.Тұздық --Желе +С дәрумені / итмұрын --қосылған Кептірілген жеміс компоты --Бидай наны	- Бұқтырылған көкөністер - Көмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Сүзбе қосылған ірімшік
15.02.24	- Сүт тары сорпасы - Сүт қосылған кофе сусыны - Сары май қосылған нан - Қайнатылған жұмыртқа  Екінші таңғы ас: Банан / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны	Әулие қырыққабат және Әулие қияр К/б қаймақ қосылған тұздық ет котлеті (50% құс еті, 50% сиыр еті) - Қайнатылған қарақұмық.Тұздық -Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	- Геркулес сүт ботқасы - Көмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье / Пряник"Солтүстік Көмпит - "Кух"Пирогы



16.02.24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүт арпа ботқасы</li> <li>-Сүт қосылған кофе сусыны</li> <li>- Сары май мен ірімшік қосылған нан</li> </ul> <p>Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жаңа қияр салаты /Жаңа қияр - Үй кеспесі к/б / м / б - Ет кесектері (50% құс еті, 50% сиыр еті)</li> <li>- Қайнатылған күріш.Тұздық</li> <li>-Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Көкөніс уылдырығы (өнеркәсіптік өндіріс )</li> <li>- Қайнатылған мүйіздер</li> <li>- Кәмпит шайы/сүт және қант шайы / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит</li> </ul>
19.02.24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Достық" сүт ботқасы</li> <li>-Сүт қосылған Какао</li> <li>- Сары май қосылған нан</li> </ul> <p>Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>--Жаңа піскен қызанақ салаты /жаңа піскен қызанақ Қаймақ қосылған ш/б / м / б</li> <li>- Ет Зразы (50% құс еті, 50% сиыр еті)</li> <li>- Картоп пюреі.Тұздық</li> <li>- Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Сүт қарақұмық сорпасы / қоюландырылған сүт қосылған сүзбе – Жарма кәстрөлі</li> <li>- Кәмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай</li> <li>-Вафли/Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит</li> </ul>
20.02.24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Артек" сүт ботқасы</li> <li>-Сүт қосылған Какао</li> <li>- Сары май мен ірімшік қосылған нан</li> </ul> <p>Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / / жеміс шырыны/</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Қайнатылған қызылша салаты</li> <li>- К/б қаймақ қосылған көкөніс сорпасы /</li> <li>- Құс еті/сиыр еті қосылған үйдегі қуыру</li> <li>- Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Балық консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы</li> <li>- Кәмпит шайы/сүт және қант шайы / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит</li> <li>- Қырыққабат пирогы / бөліш картоп</li> </ul>
21.02.24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- - Сүт тары ботқасы</li> <li>-Сүт қосылған кофе сусыны</li> <li>- Сары май қосылған нан</li> </ul> <p>Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / / жеміс шырыны</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Цуккини уылдырығы / көкөніс уылдырығы</li> <li>-К/б қаймақ қосылған қызылша</li> <li>-ет Мانتы (50% құс еті, 50% сиыр еті)</li> <li>- Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Омлет</li> <li>- Кәмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай</li> <li>-Вафли/Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит</li> </ul>
22.02.24	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сүт вермишель сорпасы</li> <li>-Сүт қосылған Какао</li> <li>- Сары май мен ірімшік қосылған нан</li> </ul> <p>Екінші таңғы ас: Банан / Алма / Шырын</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- М / б к/б қаймақ қосылған жаңа піскен қияр салаты</li> <li>- Ет Гуляш (сиыр еті)</li> <li>- Пісірілген қарақұмық</li> <li>Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты</li> <li>-бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Жарма сүт ботқасы</li> <li>Кәмпит шайы / сүт шайы / шай / лимон қосылған тәтті шай.</li> <li>Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник. Джем / алма түймелерін ашың</li> </ul>



Утверждаю

Директор

КГКП "Ясли-сад "Аленка"

Ставничук И.А.



08.02 2024г.

Перспективное десятидневное меню осень-зима КГКП «Ясли-сад» «Аленка»  
09.02.24-22.02.24

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
09.02.24 1 день	-Каша пшеничная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом -Отварное яйцо  Второй завтрак: Банан/ Яблоко	Салат(капуста +кон.кукуруза) -Борщ со сметаной на к/б/ на м/б -Котлета мясная(50%м/п, 50% м/г) -Отварная гречка.Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Тушёная капуста -Картофельное пюре -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник Северный/ Конфета/Сдоба «Венская»
12.02.24 2 день	-Каша ячневая молочная -Какао с молоком -Батон с маслом и сыром  Второй завтрак: Банан /Яблоко/ Сок фруктовый/	-Салат из свеклы /сол.огурец -Суп фасолевый со сметаной на к/б - Плов с мясом говядины -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный молочный -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник Северный/ Конфета
13.02.24 3 день	-Каша пшеничная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом  Второй завтрак: Банан/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый	-Салат из свежей моркови -Суп «Крестьянский» со сметаной на к/б -Бигус с мясом птицы/Курица порционно -Отварные рожки -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Свежий огурец/Соленый огурец -Тефтели рыбные/Рыба тушеная под овощами -Картофельное пюре -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном Вафли/Печенье/Пряник«Северный» Конфета
14.02.24 4 день	-Каша кукурузная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом и сыром  Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый/	-Салат из свежей капусты и зелёного горошка -Свекольник со сметаной на к/б -Рулет мясной (50% мясо птицы, 50% мясо говядины) -Отварной рис.Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Овощи тушёные -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Ватрушка с творогом
15.02.24 5 день	- Суп пшеничный молочный - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом -Отварное яйцо  Второй завтрак: Банан/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый	-Салат из св. капусты и св. огурца -Рассольник со сметаной на к/б-Котлета мясная(50% мясо птицы, 50% мясо говядины) -Отварная гречка.Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Каша геркулесовая молочная -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном - Вафли/Печенье/Пряник«Северный» Конфета -Пирог «Кух»



16.02.24 6день	-Каша молочная ячневая -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом и сыром  Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый	-Салат из свежих огурцов /Свежий огурец -Лапша домашняя на к/б / на м/б -Биточки мясные (50% мясо птицы, 50% мясо говядины) -Отварной рис.Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Икра овощная (промышленного производства) -Отварные рожки -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета
19.02.24 7день	-Каша «Дружба» молочная -Какао с молоком -Батон с маслом  Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый	-Салат из свежих помидоров /Свежий помидор -Щи со сметаной на к/б / на м/б -Зразы мясные (50% мясо птицы, 50% мясо говядины) -Картофельное пюре.Соус - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп молочный гречневый/ Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета
20.02.24, 8день	-Каша «Артек» молочная -Какао с молоком -Батон с маслом и сыром  Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый/	-Салат из отварной свеклы -Суп овощной со сметаной на к/б / -Домашнее жаркое с мясом птицы/с мясом говядины - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп рыбный из рыбных консерв/Суп рыбный из свежей рыбы -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета -Пирожок с капустой/Пирожок с картошкой
21.02.24 9день	-Каша пшенная молочная -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом  Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый	-Икра кабачковая/Икра овощная -Свекольник со сметаной на к/б -Манты мясные (50% мясо птицы, 50% мясо говядины) - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Омлет -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета
22.02.24 10день	-Суп вермишелевый молочный -Какао с молоком -Батон с маслом и сыром  Второй завтрак: Банан /Яблоко/ Сок	-Салат из свежих огурцов -Щи со сметаной на к/б на м/б -Гуляш мясной (мясо говядины) -Отварная гречка Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	Каша манная молочная Чай с конфетой/Чай с молоком/Чай/Чай сладкий с лимоном. Вафля/Печенье/Пряник Северный. Расстегай с повидлом/яблоком.