

Бекітемін  
Директор "Аленка" мен/с КМҚК



Ставничук И. В.

« 7 » марте 2024 г

Перспективалы екі апталық мәзір

с 11.03.2024 - 27.03. 2024

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
11.03.2024	- Жүгері сүті ботқасы -Сүт қосылған Какао - Сары май / ірімшік қосылған нан 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	-Салат - К/б көкөніс сорпасы қаймақ к/б тұшпара қосылған сорпа - Сиыр/құс еті қосылған Палау, - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С -Бидай наны	- Ірімшік қосылған қайнатылған конустар, жұмыртқа қосылған қайнатылған конустар/балық сорпасы / "шаруа" - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - печенье, вафли, пряник) / үй печеньесі
12.03.2024	- Геркулес сүт ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны,	-Салат - Борш қаймақпен к/б / сорпа "далалық" к / б - Татар тілінде Азу / үйде қуыру - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С/ -Бидай наны	-Қоюландырылған сүт/Джем қосылған сүзбе -Жарма кәстрелі кулеш тары сүті / үй печеньесі - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
13.03.2024	- Сүтті бидай ботқасы -Сүт қосылған Какао - Сары май / ірімшік қосылған нан/ 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	- Витаминді Салат - Бұршақ сорпасы к / б -Ет/тауық/битчкий 50/50 -Қайнатылған мүйіз / вермишель / қарақұмық қайнатылған / бұқтырылған қырыққабат / тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С/ -Бидай наны	- Омлет / "тор"сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
14.03.2024	- Сүт күріш ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	-Салат / жаңа піскен қызанақ / қияр - Үй кеспесі / қызылша / маринадталған қаймақ -Үйде қуырылған / Манта / тұшпара / ет50/50 - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С/ -Бидай наны	- Картоп / қырыққабат пирогы - Тәтті шай/лимон қосылған/сүт қосылған / қант қосылған айран / Қарлы кесек
15.03.2024	- Сүт арпа ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	-Жаңа піскен қияр / қызанақ / маринадталған қияр / қызылша салаты - Көкөніс / бұршақ сорпасы к/б / сорпа кеспе к / б/ - Порцион құс еті / ет орамы / картоп орамы -Пісірілген қарақұмық / бұршақ пюресі/картоп пюресі, тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С Бидай наны	-Қарақұмық сүт сорпасы/вермшель / қоюландырылған сүт қосылған сүзбе -Жарма кәстрелі / ірімшік торттары / "Кух"пирогы - Тәтті шай/лимон қосылған/сүт қосылған / қант қосылған айран / Қарлы кесек / печенье, вафли, пряник
18.03.2024	- Жарма сүт ботқасы	-Салат / жаңа піскен қызанақ / қияр/	- Көкөніс уылдырығы



	-Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	- Жасыл бұршақ пен жұмыртқа қосылған сорпа к/б қаймақ/қырыққабат сорпасы к / б - Сиыр/құс еті қосылған Бигус ет пирогтары (50% тауық еті, 50% сиыр еті) - картоп пюресі / күріш - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С -Бидай наны	- Қайнатылған мүйіздер / ірімшік қосылған қайнатылған мүйіздер - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - печенье, вафли, пряник / көмпит бауырсақ / үйдегі печенье
19.03.2024	- "Артек" сүт ботқасы / Геркулес -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны,	- Сөбіз салаты / тұздалған қияр - Қаймаққа арналған қызылша -Фрикаделькалар / балық фрикаделькалары/ қайнатылған конустар / картоп пюресі - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С -Бидай наны	- Көкөніс/жеміс Палау / "Вена"сдова - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен / айран / сноуборд печенье, вафли, пряник)
20.03.2024	"Достық" сүт ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	-Салат - Бұршақ сорпасы/қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы -Гуляш/мантия/тұшпара Қайнатылған қарақұмық / қайнатылған мүйіз - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С/ -Бидай наны	- Омлет / көкөніс бұқтырмасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен -печенье, вафли, пряник - Нан
26.03.2024	- Жүгері ботқасы/тары сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10: 00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	-Қызылша салаты - "Харчо"сорпасы/қаймаққа арналған сорпа - Манта / пигода/Гуляш / көкөністер қосылған балық Бұқтырмасы - Картоп пюресі / қайнатылған күріш Тұздық Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С -Бидай наны	- Картоп қосылған тұшпара / сорпа " шаруа / балық сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен -Сүзбе/Джем қосылған ірімшік печенье, вафли, пряник
27.03.2024	- Жарма сүт ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10:00 алма, банан, жеміс шырыны, айран, қар	- "Витамин" Салаты - Кеспе / борщ к / б қаймақпен - Гуляш/жұмыртқа қосылған Зраза / құс еті -Пісірілген қарақұмық / картоп пюресі - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С -Бидай наны	- жұмыртқа қосылған "Чех" сорпасы -Джем пирогы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен -печенье, вафли, пряник





Утверждаю  
Директор  
КГКП я/с «Алёнка»  
Ставничук И.В.  
«4» марта 2024 г.

Перспективное двухнедельное меню  
с 11.03.2024 по 27.03. 2024года

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
11.03.2024 понедельник <b>1 день</b>	-Каша кукурузная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом/сыром <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Салат -Суп овощной на к/б сметаной суп с клецками на к/б -Плов с мясом говядины/птицы, -Компот из сух.фр./кисель с вит.С -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки с сыром,Отварные рожки с яйцом/суп рыбный/«Крестьянский» -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -печенье, вафли, пряник)/домашнее печенье
12.03.2024 вторник <b>2 день</b>	-Каша геркулесовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый,	-Салат -Борш сметаной на к/б/суп «Полевой» на к/б -Азу по-татарски /жаркое по-домашнему -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/ -Хлеб пшеничный	-Творожно-манная запеканка со сгущенным молоком/повидлом кулеш пшеничный молочный/домашнее печенье -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
13.03.2024 среда <b>3 день</b>	-Каша пшеничная молочная -Какао с молоком -Батон с маслом/сыром/ <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Салат «Витаминный» -Суп гороховый на к/б -Биточки с мяс/кур/битчкий 50/50 -Отварные рожки/вермишель / гречка отварная /тушеная капуста/соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/ -Хлеб пшеничный	-Омлет/суп «Паутинка» -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
14.03.2024 четверг <b>4 день</b>	-Каша рисовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат /свежий помидор/огурец -Лапша домашняя/свекольник/рассольник к/б сметаной -Жаркое по- домашнему/манты/пельмени/мясо50/50 -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/ -Хлеб пшеничный	-Пирожок с картошкой/капустой -Чай сладкий/с лимоном/с молоком/кефир с сахаром/снежок
15.03.2024 пятница <b>5 день</b>	-Каша ячневая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Свежий огурец/помидор/солёный огурец/салат свекольный -Суп овощной / фасолевый на к/б/суп лапша на к/б/ -Мясо птицы порционо/рулет мясной/картофельный рулет -Отварная гречка/гороховое пюре/картофельное пюре,соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С Хлеб пшеничный	-Суп молочный гречневый/вермшелевый/творож но-манная запеканка со сгущенным молоком/сырники/пирог «Кух» -Чай сладкий/с лимоном/с молоком/кефир с сахаром/снежок /печенье, вафли, пряник
18.03.2024	-Каша манная молочная	-Салат /свежий помидор/огурец/	-Икра овощная



понедельник 6 день	-Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Суп с зеленым горошком и яйцом на к/б сметаной/щи на к/б -Бигус с мясом говядины/птицы котлеты мясные (50% кури, 50% говядина) -картофельное пюре/рис -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки/отварные рожки с сыром -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -печенье, вафли, пряник/конфеты рогалик/печенье домашнее
19.03.2024 вторник 7 день	-Каша «Артек» молочная/геркулесовая -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый,	-Салат морковный/соленый огурчик -Свекольник на к/б сметаной -Тефтели/тефтели рыбные/ отварные рожки/картофельное пюре -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С -Хлеб пшеничный	-Плов овощной/фруктовый/сдова «Венская» -Чай сладкий/с лимоном/с молоком/кефир /снежок печенье, вафли, пряник)
20.03.2024 среда 8 день	-Каша «Дружба» молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Салат -Суп фасолевым/суп «Харчо» на к/б сметаной -Гуляш/манты/пельмени Отварная гречка/отварные рожки -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/ -Хлеб пшеничный	-Омлет/Овощной рагу -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -печенье, вафли, пряник -Хлеб
26.03.2024 Вторник 9 день	-Каша кукурузная/пшеничная молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Салат свекольный -Суп «Харчо»/Щи на к/б сметаной -Манты/пигоды/Гуляш/Тушеная рыба с овощами -Картофельное пюре/отварной рис Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С -Хлеб пшеничный	-Вареники с картошкой/суп «Крестьянский/суп рыбный -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Ватрушка с творогом/повидлом печенье, вафли, пряник
27.03.2024 среда 10 день	-Каша манная молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное <b>10:00</b> яблоки, бананы, сок фруктовый, кефир, снежок	-Салат «Витаминный» -Лапша/ Борщ на к/б сметаной -Гуляш/Зраза с яйцом/мясо птицы порционно -Отварная гречка/картофельное пюре -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С -Хлеб пшеничный	-суп по «Чешски» с яйцом -Пирожок с повидлом -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -печенье, вафли, пряник