

Бекітемін  
"Алёнка» бөбекжайы"

КМҚК директоры

И.А.Ставничук



«Алёнка» бөбекжайы» КМҚК  
перспективалы он күндік ас мәзірі  
20.09.24 - 03.10.24

| Күні       | Таңғы ас  | Түскі ас  | Кешкі ас   |
|------------|---|---|--|
| 20.09.2024 | - Жүгері/ бидай/арпа сүтті ботқасы - Сары май, ірімшік/ сары май қосылған нан Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған Какао / сүт қосылған шай<br><br>10.00 Банан / йогурт, жеміс шырыны / алма   | -Тұздалған қияр / жаңа қияр / қызылша салаты+қир/ «Витаминный» салаты// Бабушкин көжесі/ қаймақ қосылған борщ / қаймақ қосылған Рассольник/ Кеспе сорпасы / Пісірілген қарақұмық/арпа/картоп пюресі Гуляш тауық еті/ет кесектері 50/50/ет котлеті/ бөлшектелген тауық еті/ тұздық/бидай наны - Кисель/ Компот/ "С" дәрумені бар шырын/алма сусыны   | Қарақұмық сүт көжесі/вермишель сүт көжесі/ омлет/тары сүтті кулеш/ Тәтті шай-лимон қосылған тәтті шай/печенье/конфет/вафли и/пряник  |
| 23.09.2024 | Геркулес /күріш / тары сүтті ботқасы/ Сары май қосылған нан /ірімшік және сары май қосылған нан / ½қайнатылған жұмыртқа Сүт қосылған Какао / сүт қосылған шай / тәтті шай / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 Банан (01-31) / йогурт (01-31) / жеміс шырыны (01-31) / Алма (01-31) / кант қосылған айран / Қарлы | Жаңа қияр /қызанақ/ қырыққабат салаты+жасыл бұршақ/жүгері/сәбіз салаты/ ет сорпасындағы қаймақ қосылған «Харчо» /Бұршақ сорпасы/қаймақ қосылған Солянка/еттен жасалған пигоди/манты/тауық етінен биточка/суға қайнатылған қарақұмық/бидай наны Компот/С дәрумені бар кисель/тәтті шай/шырын/алма сусыны   | Тары қосылған сүтті кулеш / омлет/ Үй печеньесі/ Қант қосылған шай / кисель / лимон қосылған тәтті шай / вафли   |
| 24.09.2024 | "Дружба" жарма ботқасы / /вермишель сүтті көжесі/ Сары май, ірімшік қосылған нан / сары май қосылған нан /Сүт қосылған Какао / сүт қосылған тәтті шай/ сүт қосылған кофе сусыны<br><br>10.00 Банан (01-31) / Йогурт (01-31) / Жеміс шырыны (01-31) Алма (01-31)   | Жаңа піскен қияр / қызанақ / «Зайчик» салаты//«Крестьянский» сорпасы/ қаймақ қосылған Шци/ Қайнатылған қарақұмық / қайнатылған күріш / картоп пюресі /Құс еті порцияланған / көкөністермен бұқтырылған балық / ет котлеті / балық котлеті / Үй қуырдағы (сиыр еті) Тұздық Кептірілген жеміс компоты / кисель + вит С / шырын / тәтті шай / жаңа алма сусыны/ Бидай наны   | Картоп қосылған бәліш / Джем қосылған бәліш / сүзбе және Жарма запеканкасы/Лимон қосылған тәтті шай/ кисель / Қарлы / кант қосылған айран/тәтті шай / шай/ Печенье / кәмпит/вафли / пряник |
| 25.09.2024 | Омлет / жүгері арпа сүтті ботқасы / Сары май қосылған нан /ірімшік қосылған сары май қосылған нан / қайнатылған ½жұмыртқа Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған какао / кант қосылған сүт қосылған шай<br><br>10.00 Йогурт / Банан / алма / шырын   | Жаңа піскен қияр / маринадталған қияр / қызанақ / Қаймақпен қарақұмық сорпасы / үй кеспесі / картоп сорпасы / балық сорпасы / қаймақпен бұршақ сорпасы / Сиыр еті қосылған Бигус / 50/50 ет қосылған штрудель / татар стиліндегі азу / балық котлеті/ Қайнатылған макарон / қайнатылған күріш / картоп пюресі / бұршақ пюресі Тұздық Вит С қосылған кисель// компот / тәтті шай / жаңа піскен алма сусыны/ Бидай наны | Көкөніс бұқтырмасы/ ет сорпасындағы вермишель көжесі / Вафли / печенье/рогалик / Венская слоба/ Лимон қосылған тәтті шай / тәтті шай / вит қосылған кисель Бидай наны                      |
| 26.09.2024 | Арпа сүтті ботқасы / "Артек" / Геркулеспен сүт қосылған/Сары май қосылған нан / сары май + ірімшік қосылған батон Сүт қосылған кофе сусыны/сүт қосылған   | Салат (қырыққабат+ алма)/ жаңа піскен қияр / қызанақ / маринадталған қияр / «Зайчик» салаты Бұршақ сорпасы / қаймақ қосылған борщ /тефтели қосылған сорпа / Үй қуырдағы қайнатылған макарон. күріш / ет котлеті / еттен   | Көкөніс палауы / жеміс палауы / омлет/ Печенье / кәмпит/вафли / пряник/ Лимон қосылған тәтті шай / тәтті шай / С вит қосылған кисель.  |



|             |   |   |   |
|-------------|---|---|---|
|             | какао / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> алма / Банан / жеміс шырыны  | дайындалған биточкалар / манты/<br>Тұздық<br>Компот /кисель /"С"вит қосылған шыры /<br>жаңа піскен алма сусыны /Бидай наны  |   |
| 27.09.2024  | Бидай /күріш/арпа сүтті ботқасы /Сары май қосылған нан, ірімшік /сары май қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа ½<br>Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> Йогурт / жеміс шырыны / Банан / алма                                    | «Зайчик» салаты/ қаймақ қосылған Шци сорпасы, қаймақ қосылған ет/с қарақұмық сорпасы, қаймақ қосылған қызылша/қаймақ қосылған рассольник/ Ет пен жұмыртқа (50/50) қосылған зраздар / қырыққабат орамдары / ет кесектері/ Қайнатылған Вермишель / күріш / картоп пюреі<br>Тұздық<br>Кисель/компот / С вит бар шырыны / тәтті шай / жаңа піскен алма сусыны Бидай наны                          | Қарақұмық сүтті сорпасы / "Венская" сдоба / картоп, қырыққабат қосылған бәліш/үй тоқашы/ Печенье / вафли/ Пряник/ Кәмпит / лимон қосылған тәтті шай / С вит қосылған кисель / қант қосылған айран         |
| 30.09.24    | "Достық" жарма бидай сүтті ботқасы / Сары май қосылған нан / сары май қосылған нан + ірімшік /Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған какао / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> алма / Банан / жеміс шырыны / йогурт   | «Зайчик» салаты / жаңа піскен қияр / қызанақ //қырыққабат, сәбіз, жүгері салаты / үй кеспесі сорпасы/қаймақ қосылған бұршақ сорпасы/ жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа Құс еті бөлшектелген/ Бұқтырылған қырыққабат/ Картоп пюреі / қайнатылған күріш, макарон/қайнатылған қарақұмық / ет палауы тұздық<br>Компот /кисель/С/вит қосылған шырын/<br>жаңа піскен алма сусыны/ Бидай наны | Консервіленген балық сорпасы / "Кух" пирогы / ірімшік қосылған макарон // Вафли / пряник/ Печенье / кәмпит Тәтті шай / шай /С вит қосылған кисель/Қант қосылған лимон қосылған шай / Бидай наны           |
| 01.10.2024  | Күріш жүгері сүтті ботқасы // сүтті вермишель сорпасы/ Сары май қосылған нан /сары май + ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа ½<br>Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> Алма / Банан/ Жеміс шырыны / йогурт              | "Витамин" салаты (қырыққабат сәбіз өсімдік майы) / жаңа/маринадталған қияр / қызанақ //Жұмыртқа мен жасыл бұршақ ,қаймақ қосылған сорпа /қаймақпен көкөніс сорпасы / кеспе сорпасы /Құс еті / сиыр еті палауы / үй қуырдағы / құс еті / картоп пюреі<br>Кисель /компот / С вит қосылған шырын / жаңа піскен алма сусыны Бидай наны  | Омлет / құс етінен жасалған самса / үй печеньесі/"Өрмекші торы" сорпасы/картоп қосылған самса/ Лимон қосылған тәтті шай / тәтті шай Бидай наны  |
| 02.10.2024  | Геркулес /арпа/ тары сүтті ботқасы / Сары май мен ірімшік қосылған нан /сары май қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа ½ Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған какао / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> алма / Банан/жеміс шырыны / Қант қосылған айран / Қарлы             | Жаңа піскен, тұздалған қияр / қызанақ // Чех стиліндегі сорпа / қаймақпен Солянка /қаймақ қосылған Рассольник/<br>Балық котлеті / еттен жасалған биточкалар / ет фрикаделькалары Қайнатылған рожки, қарақұмық, күріш Тұздық<br>Компот /кисель/ С вит қосылған шырын / жаңа піскен алма сусыны   | Қырыққабат, картоп, Джем қосылған бәліш/консервіленген балық сорпасы / сүтті вермишель көжесі/ Бидай наны Тәтті лимон шайы / кисель / Қарлы / қант қосылған айран   |
| *03.10.2024 | Тары ботқасы / қарақұмық сүтті көжесі / бидай сүтті ботқасы Сары май қосылған нан /ірімшік қосылған сары май қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа ½<br>Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған тәтті шай<br><b>10.00</b> Йогурт / Банан / жеміс шырыны / алма | Жаңа піскен, маринадталған қияр / қызанақ / жасыл бұршақ қосылған қырыққабат пен сәбіз салаты / қызылша салаты/Қаймақпен қарақұмық сорпасы /бұршақ сорпасы / қаймақпен борщ / Сиыр етінен жасалған Палау / қайнатылған қарақұмық, арпа/ құс еті, сиыр етінен жасалған гуляш, / ет котлеті<br>Тұздық<br>Кисель /компот / С вит қосылған шырын / жаңа піскен алма сусыны Бидай наны             | Ірімшік қосылған макарон / омлет /Джем, қырыққабат, картоп қосылған бәліш / сүзбе және Жарма запеканкасы/ Печенье / вафли / пряник/ Қант пен лимон шайы / тәтті шай / кисель/ Қарлы / қант қосылған айран |



Утверждаю

Директор

КГКП «Ясли-сад «Алёнка»

Ставничук И.А.



« 19. » 09. 2024г

**Перспективное десятидневное меню**

**С 20.09.2024 г. По 03.10..2024 г.**

| Дата                                | Завтрак  | Обед   | Ужин  |
|-------------------------------------|--|--|---|
| 20.09.2024<br>1 день<br>Пятница     | Каша кукурузная<br>молочная/пшеничная/ячневая<br>Батон с маслом, сыром/ батон с маслом<br>Кофейный напиток с молоком/Какао с молоком/чай с молоком<br><b>10.00</b> Банан/йогурт, фруктовый сок/яблоко  | салат «Витаминный»<br>Бабушкин супчик на к/б /Борщ на к/б со сметаной/Рассольник /Суп лапша на к/б гречка/перловка /картофельное пюре/рожки<br>Гуляш мясо/куры/биточки мясные 50/50/ котлета мясная /мясо птицы порционно<br>Соус<br>Кисель /компот/<br>Хлеб пшеничный   | Молочный суп гречневый/ суп вермишелевый молочный/ омлет/кулеш пшённый молочный<br>Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном /кефир с сахаром / Печенье /конфета /вафля /пряник      |
| 23.09.2024<br>2 день<br>Понедельник | Каша геркулесовая /рисовая/пшённая молочная<br>Батон с маслом/батон с маслом с сыром /отварное яйцо ½<br>Какао с молоком/чай с молоком/чай сладкий/кофейный напиток с молоком<br><b>10.00</b><br>Банан (01-31) / йогурт (01-31) / Фруктовый сок (01-31) / Яблоко (01-31)/кефир с сахаром /снежок | Свежий огурец/помидор/салат из капусты+ помидор/салат из капусты +зеленый горошек/кукуруза /салат морковный<br>Суп «Харчо» на к/б или м/б со сметаной/ суп гороховый на к/б, м/б/ Солянка на к/б, м/б со сметаной<br>Пигоди мясные/ манты/ биточки (курица)/отварная гречка<br>Компот /кисель с вит.С/ чай сладкий/сок/напиток из свежих яблок<br>Хлеб пшеничный | Кулеш пшенный молочный /омлет/<br>Домашнее печенье<br>Чай с сахаром /кисель /чай сладкий с лимоном /вафли   |
| 24.09.2024<br>3 день<br>Вторник     | Каша манная/ «Дружба»/<br>молочный суп вермишелевый<br>Батон с маслом, сыром/ батон с маслом<br>Какао с молоком/чай сладкий с молоком/ кофейный напиток с молоком<br><b>10.00</b> Банан (01-31) / Йогурт (01-31) / Фруктовый сок (01-31) / Яблоко (01-31)  | Свежий огурец/помидор/салат «Зайчик»<br>Суп с клёцками на к/б, м/б/ суп «Крестьянский» на к/б, м/б / Щи на к/, м/б со сметаной<br>гречка/ рис/ картофельное пюре<br>Мясо птицы порционно/ рыба тушёная с овощами/ котлета мясная /котлета рыбная/Жаркое по-домашнему (говядина)<br>Соус<br>Компот из сухофруктов / кисель +<br>Хлеб пшеничный                    | Пирожок с картошкой / пирожок с повидлом /творожно-манная запеканка<br>Чай сладкий с лимоном кисель/ снежок/ кефир с сахаром/ чай сладкий/чай<br>Печенье/конфета/вафля/пряник |
| 25.09.2024<br>4 день<br>Среда       | Омлет/ каша кукурузная /ячневая молочная<br>Батон с маслом /батон с маслом с сыром /отварное яйцо ½<br>Кофейный напиток с молоком/какао с молоком /чай с молоком с сахаром<br><b>10.00</b> Йогурт/Банан/Яблоко/сок   | Свежий огурец/солёный огурец/ помидор<br>Суп гречневый на к/б, м/б со сметаной / лапша по- домашнему/ картофельный суп на к/б, м/б /суп фасолевый на к/б со сметаной<br>Бигус с мясом говядины/ штрудли с мясом 50/50/ азу по- татарски /котлета рыбная/ рожки/ рис/ картофельное пюре/гороховое пюре<br>Соус<br>Кисель /компот с вит С/<br>Хлеб пшеничный       | Овощное рагу/ суп вермишелевый на к/б, м/б<br>Вафли/печеньеПесочный рогалик/Венская слоба<br>Чай сладкий с лимоном/ чай сладкий /кисель с вит.С<br>Хлеб пшеничный             |
| 26.09.2024<br>5 день<br>Четверг     | Каша ячневая молочная/ «Артек»/ геркулесовая<br>Батон с маслом/ батон с маслом + сыр<br>Кофейный напиток с молоком /какао с молоком/чай с молоком сладкий<br><b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок фруктовый   | Салат<br>Суп гороховый на к/б, м/б/ Борщ на к/б, м/б со сметаной/ суп с фрикадельками на к/б, м/б<br>Жаркое по- домашнему / отварные рожки, рис /котлета мясная/биточки мясные/манты<br>Соус<br>Компот /кисель /сок с вит. «С» /<br>Хлеб пшеничный   | Плов овощной/ плов фруктовый/ омлет<br>Печенье/конфета/вафля/пряник<br>Чай сладкий с лимоном/чай сладкий/кисель с вит.С   |



|                                   |   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|---|
| 27.09.2024<br>6 день<br>Пятница   | Каша пшеничная /рисовая/ячневая молочная<br>Батон с маслом, сыр /батон с маслом /отварное яйцо ½<br>Какао с молоком/кофейный напиток с молоком/чай с молоком сладкий<br><br><b>10.00</b> Йогурт/Сок фруктовый/Банан/Яблоко                          | Салат «Зайчик»<br>Щи со сметаной на к/б, м/б/суп гречневый на к/б, м/б со сметаной/ свекольник на к/б, м/б со сметаной /рассольник на к/б со сметаной<br>Зразы с мясом и яйцом (50/50)/ленивые голубцы мясные /биточки мясные/<br>Отварная Вермишель/рис/ картофельное пюре Соус<br>Кисель /компот/сок с вит С/ чай сладкий /напиток из свежих яблок<br>Хлеб пшеничный                | Суп гречневый молочный /сдоба «Венская» / пирожок с картошкой, капустой/Домашняя булочка<br>Печенье/вафля/<br>Пряник<br>Чай с Конфетой/ чай сладкий с лимоном /кисель с вит.С/кефир с сахаром   |
| 30.09.24<br>7 день<br>Понедельник | Каша манная / «Дружба»/ пшеничная молочная<br>Батон с маслом/ батон с маслом + сыр<br>Кофейный напиток с молоком/какао с молоком/ чай сладкий с молоком<br><br><b>10.00</b> Яблоко/Банан/сок фруктовый/йогурт                                       | Салат«Зайчик»/ свежий огурей/помидор/салат из капусты, Моркови, кукурузы /<br>Суп лапша домашняя на к/б,м/б/ суп фасолевый на к/б, м/б со сметаной /суп с яйцом и зеленым горошком<br>Мясо птицы порционно/<br>Тушеная капуста/<br>Картофельное пюре/отварной рис, рожки/отварная гречка/плов мясной соус<br>Компот /кисель/сок с вит.С/напиток из свежих яблок<br>Хлеб пшеничный     | Суп из рыбных консервов / Пирог «Кух»/ макароны с сыром<br>Вафля/пряник/<br>Печенье/ конфета<br>Чай сладкий / чай /кисель с вит.С/чай с лимоном с сахаром /<br>Хлеб пшеничный                   |
| 01.10.2024<br>8 день<br>Вторник   | Каша рисовая /кукурузная молочная/ суп молочный вермишелевый<br>Батон с маслом /батон с маслом + сыр/ отварное яйцо ½<br>Какао с молоком /кофейный напиток с молоком /чай сладкий с молоком<br><br><b>10.00</b> Яблоко/Банан/ Сок фруктовый/йогурт  | Салат «Витаминный»(капуста морковь растительный масло) /свежий/солёный огурец/ помидор<br>Суп с яйцом и зеленым горошком со сметаной на к/б, м/б/ суп овощной со сметаной на к/б, м/б /суп лапша на к/б<br>Плов из мяса птицы/говядины/ жаркое по-домашнему/мясо птицы порционно/картофельное пюре<br>Кисель /компот /сок с вит.С /напиток из свежих яблок<br>Хлеб пшеничный          | Омлет /самса из мяса птицы/ домашнее печенье / суп «Паутинка» на к/б, м/б /самса с картошкой<br>Чай сладкий с лимоном /чай сладкий<br>Хлеб пшеничный  |
| 02.10.2024<br>9 день<br>Среда     | Каша геркулесовая/ячневая/ пшеничная молочная<br>Батон с маслом и сыром/ батон с маслом /отварное яйцо ½<br>Кофейный напиток с молоком/какао с молоком /чай сладкий с молоком<br><br><b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок фруктовый/кефир с сахаром/снежок | Свежий, солёный огурчик/ помидор свежий<br>Суп по-Чешски на к/б,м/б / солянка на к/б, м/б со сметаной/ рассольник на к/б со сметаной<br>Котлета из рыбы/ биточки мясные/ тефтели мясные<br>Отварные рожки, гречка, рис<br>Соус<br>Компот /кисель/ сок с вит.С /напиток из свежих яблок  | Пирожок с капустой, картошкой, повидлом/ суп из рыбных консерв на к/б, м/б /суп молочный вермишелевый<br>Хлеб пшеничный<br>Чай с лимоном сладкий/ кисель /снежок/кефир с сахаром                |
| 03.10.2024<br>10 день<br>Четверг  | Каша пшеничная /суп молочный гречневый/каша пшеничная молочная<br>Батон с маслом/батон с маслом с сыром /отварное яйцо ½<br>Какао с молоком/кофейный напиток с молоком/ чай сладкий с молоком<br><br><b>10.00</b> Йогурт/Банан/Сок фруктовый/Яблоко | Свежий, соленый огурец/ помидор /салат из капусты и моркови с зеленым горошком /салат свекольный<br>Суп гречневый на к/б, м/б со сметаной / суп суп гороховый на к/б / борщ на к/б, м/б со сметаной<br>Плов из мяса говядины/ отварная гречка, перловка/гуляш из мяса говядины, птицы/котлета мясная<br>Соус<br>Кисель /компот /сок с вит.С/напиток из свежих яблок<br>Хлеб пшеничный | Отварные Рожки с сыром/ омлет /пирожок с повидлом, капустой, картошкой/творожно-манная запеканка<br>Печенье /вафля/пряник<br>Чай с сахаром и лимоном/ чай сладкий/кисель/снежок/кефир с сахаром |