

Ас мәзірі

БЕКІТЕМІН

«Березка» бөбөкжайы КМҚК

2023ж. « 18 »



«Березка» бөбөкжайы» КМҚК
перспективалы он күндік мәзірі
18.08.2023-01.09.2023

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
18.08.23. 1 күн жұма	Сүтті 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 / қант қосылған айран	Бұршақ қосылған қырыққабат салаты/ жаңа қияр/жаңа қызанақ ,Т/с қаймақ қосылған қызылша/ Сиыр/ құс етінің палауы/ Порциялы құс еті / ет котлеті (құс еті/сиыр еті) Қайнатылған макарон / қайнатылған қарақұмық, тұздық/ С- витаминімен кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кисель/ Бидай наны	Картоп пюресі / Көкөніс уылдырығы қосылған қайнатылған макарон/ ірімшік қосылған қайнатылған макарон/ Қант қосылған шай /Печенье / вафли
21.08.23. 2 күн дүйсенбі	Жарма сүт ботқасы/ Қант қосылған шай/ Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / қант қосылған айран	Сәбіз салаты / Т/с бұршақ сорпасы/ Қарақұмық гарнирі бар ет котлеті (100% құс еті) / қайнатылған вермишель , тұздық/ С дәруменімен кисель/ С- витаминімен кептірілген жеміс компоты/ Бидай наны	Сүтті кулеш /Қант қосылған шай/ Печенье / вафли
22.08.23. 3 күн сейсенбі	Сүтті бидай ботқасы/ Сүт қосылған кофе сусыны/ Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс	Т/с қызылша салаты/ қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы/ Сиыр етінен бигус картоп пюресімен / қайнатылған вермишель/ С витаминімен кептірілген жеміс	Вермишель сүтті сорпасы / көкөніс палауы/ Қант қосылған шай

	шырыны / Қарлы / қант қосылған айран	компоты / С дәрумені бар кисель/Бидай наны	
23.08.23. 4 күн сәрсенбі	Жүгері сүт ботқасы/ Сүт қосылған какао/ Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / қант қосылған айран	Қияр / Көкөніс уылдырығы/ Т/с көкөніс сорпасы / Маринадталған қаймақ қосылған қызылша/Ет орамы (күріш гарнирі/ (100% құс еті), қайнатылған макарон ,картоп пюресі, тұздық/ С дәруменімен кисель / Бидай наны	Жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа / бұқтырылған көкөністер/ Қант қосылған шай/ Үй тоқашы.
24.08.23 5 күн бейсенбі	Жарма сүт ботқасы Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа /Қант қосылған шай. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / қант қосылған айран.	Қызанақ Т/с қаймақ қосылған тұзды ерітінді / Қайнатылған макаронмен / картоп пюресі/ құс етінен фрикаделькалар/ С витамиімен кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кисель/Бидай наны	Джем қосылған "Кух" пирогы / сүзбе қосылған сочник/ Қант қосылған шай.
25.08.23. 6 күн жұма	Сүтті арпа ботқасы /Сүт қосылған кофе сусыны /Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / қант қосылған айран	Қияр мен қызанақ қосылған салат/ Т/с қаймақ қосылған щи сорпа/ Т/с үй кеспесі/ Қайнатылған қаракұмық қосылған ет (100% құс еті) / С витамиімен кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кисель/ Бидай наны	Сүзбе запеканкасы/ Қант қосылған шай.
28.08.23. 7 күн дүйсенбі	"Достық" сүт ботқасы /Сүт қосылған Какао/ Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / қант қосылған айран	Қоян Салаты/ Т/с үй кеспесі / Құс еті порциялы/етті гуляш (құс еті/сиыр еті) Картоп пюресі/ С дәруменімен кисель / бидай наны	Омлет/ Қант қосылған шай/ Вафли / печенье / кәмпит.
29.08.23.	"Артек" сүт ботқасы/ Қант қосылған шай/	Жүгері қосылған қырыққабат салаты/	Консервіленген балық сорпасы

<p>8 күн дүйсенбі</p>	<p>Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа. Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / кант қосылған айран</p>	<p>Т/с"Полевой"сорпасы/ Үй қуырдағы (сиыр еті) С витаминімен кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кисель/ Бидай наны</p>	<p>/Алма қосылған расстегаи/ кант қосылған шай.</p>
<p>31.08.23. 9 күн бейсенбі</p>	<p>Сүтті тары боткасы/ Сүт қосылған кофе сусыны/ Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / 1/2 қайнатылған жұмыртқа Екінші таңғы ас: алма / жеміс шырыны / Қарлы / кант қосылған айран</p>	<p>Қияр / Т/с қаймақ қосылған көкөніс сорпасы/ Көкөністермен бұқтырылған балық / Ет котлеті (құс еті/сиыр еті) Қайнатылған күріш / қайнатылған макарон / бұршақ пюреі тұздық/ С дәрумені бар кисель / бидай наны</p>	<p>Ірімшік қосылған қайнатылған макарон /Кант қосылған шай/ Вафли / печенье / кәмпит .</p>
<p>01.09.23. 10 күн жұма</p>	<p>Сүтті вермишель сорпасы/ Сүт қосылған Какао /Сары май қосылған нан, сары май мен ірімшік қосылған нан / Қайнатылған жұмыртқа 1/2 Екінші таңғы ас: Алма / жеміс шырыны / Қарлы / кант қосылған айран</p>	<p>Қызанақ Т/с қаймақ қосылған щи сорпасы Қайнатылған арпа/ картоп пюреі қосылған құс етінен жасалған Гуляш / С витаминімен кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кисель/ Бидай наны</p>	<p>Көкөніс палауы/ жеміс палауы/құс еті қосылған самса/ Қант қосылған шай Вафли / печенье / кәмпит.</p>

Утверждаю
КГКП «Ясли-сад «Берёзка»

« 18 »



Перспективное десятидневное меню
КГКП «Ясли-сад «Берёзка»
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 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 гречневый 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	Салат свекольный Суп «Харчо» со сметаной на к/б/ Бигус из говядины картофельным пюре/отварная вермишель Компот из сух.фр. с	Суп вермишелевый молочный /плов овощной/ Чай с сахаром

	яйцо 1/2 Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром	витамином С/ Кисель с витамином С Хлеб пшеничный	
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 с рисовым гарниром/ отварными макаронами, /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,	Салат «Зайчик» Лапша домашняя на к/ Мясо птицы порционно/гуляш мясной	Омлет Чай с сахаром Вафля/печенье /конфета

	<p>батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2</p> <p>Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром</p>	<p>(мясо птицы/говядина)</p> <p>Картофельное пюре</p> <p>Кисель с витамином С /</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	
<p>29.08.23. 8 день вторник</p>	<p>Каша «Артек» молочная</p> <p>Чай с сахаром</p> <p>Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2</p> <p>Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром</p>	<p>Салат из свежей капусты с кукурузой</p> <p>Суп «Полевой» на к/б</p> <p>Домашнее жаркое (мясо говядина)</p> <p>Компот из сух.фр. с витамином С / Кисель с витамином С</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	<p>Суп из рыбных консервов</p> <p>Чай с сахаром</p> <p>Расстегаи с яблоко</p>
<p>31.08.23. 9 день четверг</p>	<p>Каша пшенная молочная</p> <p>Кофейный напиток с молоком</p> <p>Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2</p> <p>Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром</p>	<p>Свежий огурец</p> <p>Суп овощной со сметаной на к/б</p> <p>Рыба тушеная с овощами/котлета мясная(мясо птицы/говядина)</p> <p>Отварной рис/ отварные макароны/ гороховое пюре соус</p> <p>Кисель с витамином С /</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	<p>Отварные макароны с сыром</p> <p>Чай с сахаром</p> <p>Вафля/печенье /конфета</p>
<p>01.09.23. 10 день пятница</p>	<p>Суп вермишелевый молочный</p> <p>Какао с молоком</p> <p>Батон с маслом, батон с маслом и сыром / отварное яйцо 1/2</p> <p>Второй завтрак: Яблоко/Фруктовый сок/снежок/кефир с сахаром</p>	<p>Свежий помидор</p> <p>Щи со сметаной на к/б</p> <p>Гуляш из мяса птицы с отварной перловкой/картофельным пюре</p> <p>Компот из сух. фр. с витамином С/ Кисель с витамином С</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	<p>Плов овощной/ плов фруктовый/самса с мясом птицы</p> <p>Чай с сахаром</p> <p>Вафля/печенье /конфета</p>