



Бекітемін
Директоры

"Аләнқа бөбек-жай балабақша" КМҚМ

Ставничук И.А

20.01.2023г

Перспективалық десятидневное мәзір жаз-күз Ясли-бақшасы "КМҚК

"Аләнқа"

23.01.23-03.02.23.

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
23.01.23	- Жүгері сүті ботқасы / сүзбе кремi - Сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны/сүт қосылған какао 10.00 Банан / жеміс шырыны / алма	-Жасыл бұршақ қосылған сәбіз салаты / маринадталған қияр -жұмыртқа қосылған Чех стиліндегі сорпа қаймақ к/б(сиыр еті) сорпа кеспе к / б - құс еті порциялы -қайнатылған күріш / сиыр етінің палауы / картоп пюресі/қайнатылған қарақұмық - Кептірілген жеміс компоты + "С" дәрумені / кептірілген жеміс компоты +итмұрын -бидай наны	- Қайнатылған мүйіздер, көкөніс уылдырығы -Вафли / печенье / Солтүстік пряник " / "Вена" Маффині - қант қосылған айран / Снежок / тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай
24.01.23	-Геркулес сүт ботқасы -сары май қосылған нан қайнатылған жұмыртқа -сүт қосылған кофе сусыны /сүт қосылған Какао 10.00 Банан / жеміс шырыны алм	-Салат (жаңа қырыққабат, сәбіз, консервіленген жүгері, өсімдік майы / Жаңа қияр) - К/б қаймақ қосылған қызылша - Азу татар тілінде / сиыр етімен қуыру - /с / ф компоты+итмұрын -бидай наны	-Кулеш тары сүті/ қоюландырылған сүт джемі бар сүзбе -Жарма кәстрәлі / қайнатылған макарон мен ірімшік -Вафли/ үй печеньеі / печенье / пряник -кәмпит шайы / сүт және қант шайы / - Лимон қосылған тәтті шай
25.01.23	- Күріш сүті ботқасы -сары май қосылған нан/ сары май қосылған нан, ірімшік -сүт қосылған Какао / сүт қосылған шай 10.00 Банан / жеміс шырыны / алма	-Қызылша салаты / жаңа піскен қызанақ / жаңа қияр / тұздалған қияр -қаймақ қосылған бұршақ сорпасы к / б -балық котлеті / пт еті бар Палау, биточки (тауықтар50 % + сиыр еті50%) -Қайнатылған мүйіз / қайнатылған күріш - Тұздық - Итмұрын қышқылымен кептірілген жеміс компоты --Бидай наны	- Картоп/Джем қосылған бәліш / қарақұмық сүт сорпасы -Кәмпит шайы / лимон қосылған тәтті шай
26.01.23	- Омлет / сүт жармасы - Сары май мен ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны /сүт қосылған Какао 10.00 Банан / Алма	-Салат қоян / Жаңа қияр /к қаймақ қосылған тұздық К / В -Құс етінен жасалған котлет 100% - бұршақ пюресі (01-31) - Тұздық - с/ф+итмұрын компоты -Бидай наны	- Көкөніс бұқтырмасы балықпен Үшбұрыш -Вафли /печенье / Пряник "Солтүстік / қысқа тоқаш/үй тоқаш - Қант қосылған айран / қар Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай
27.01.23	-Арпа сүт ботқасы /май қосылған сүзбе кремi сары май қосылған нан қайнатылған жұмыртқа -Сүт қосылған кофе сусыны 10.00 алма / Банан / жеміс шырыны	-Маринадталған қияр / жаңа қияр -к/б-ге қаймақ қосылған көкөніс сорпасы -картоп орамы (құс еті100%) жұмыртқа қосылған ет орамы (ет жұма./ ет гов.) Бұршақ пюресі і-тұздық - Итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты+ "С"дәрумен -Бидай наны	-Джем/қоюландырылған сүт / көкөніс палауы/жеміс палауы/Омлет қосылған Жарма -Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай

30.01.23	<ul style="list-style-type: none"> - Сүтті бидай ботқасы - Сары май қосылған нан / сары май қосылған нан, ірімшік / /қайнатылған жұмыртқа -Сүт қосылған Какао 10.00 жеміс шырыны / Банан / алма 	<ul style="list-style-type: none"> -Жаңа піскен қияр / жаңа піскен қызанақ / қызылша салаты К/б /бұршақ сорпасы к/б үшін қаймақ қосылған сорпа - Ет пен жұмыртқа қосылған зраздар (50/50) -Вермишель - Тұздық - С/Ф +итмұрын компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Қоюландырылған сүт /Джем қосылған ірімшік торттары. / / Қоюландырылған сүт қосылған сүзбе кәстрелі қарақұмық сүт сорпасы -Вафли / Печенье / "Солтүстік"Пряник -Көмпит шайы / тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай
31.01.23	<ul style="list-style-type: none"> -Жарма сүт ботқасы -сары май қосылған нан -сүт қосылған кофе сусыны 10.00 алма / Банан / жеміс шырыны 	<ul style="list-style-type: none"> - Салат марковный-сорпа кеспе үй к/б / сорпа Чех бойынша к / б - Құс еті/ Сиыр еті қосылған Бигус -картоп пюресі -С/С дәрумені бар с / ф компоты итмұрын / жеміс шырыны -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы - "Кух"Пирогы -Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай
01.02.23	<ul style="list-style-type: none"> "Достық" ботқасы (күріш+тары) сүт - Сары май қосылған нан -Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 алма / Банан / жеміс шырыны / қант қосылған айран 	<ul style="list-style-type: none"> - "Витамин" салаты (қырыққабат+ сәбіз) / қызылша салаты / көкөніс уылдырығы -Қаймақ қосылған к/б "Харчо" сорпасы -Манта (құс еті 50% ет сиыр еті 50%) - С дәрумені бар жеміс желе с/ф компот +итмұрын -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Көкөніс бұқтырмасы / Омлет / сүзбе Кремі -Вафли / печенье / "Солтүстік"Пряник - Тәтті шай -Бидай наны
02.02.23	<ul style="list-style-type: none"> - Геркулес сүт ботқасы/арпа сүт ботқасы - Сары май мен ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны 10.00 алма / Банан / жеміс шырыны 	<ul style="list-style-type: none"> --Жаңа піскен қызанақ / маринадталған қияр - Бұршақ сорпасы к/б / бұршақ сорпасы к / б -Ет Гуляш(сиыр еті) / ет котлеті (50/50) - Картоп пюресі/Вермишель .Тұздық -С дәрумені мен итмұрын қосылған с/ф компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Қоюландырылған сүт/Джем қосылған Чех стиліндегі сорпа - Вафли / Печенье / Пряник/сүзбе/Джем / алмамен созыңыз - Тәтті шай
03.02.23	<ul style="list-style-type: none"> - Тары ботқасы -сары май қосылған нан Қайнатылған жұмыртқа -Сүт қосылған Какао 10.00 банан / жеміс шырыны / алма 	<ul style="list-style-type: none"> -Өсімдік майындағы жаңа қияр мен қызанақ салаты / қызылша салаты / витаминдер салаты / Жаңа қияр - Жұмыртқа және қаймақ қосылған жасыл бұршақ қосылған сорпа к /б / далалық сорпа к / б - Жалқау қырыққабат орамдары (сиыр еті 50%, құс еті 50%) / фрикаделькалар(тауықтар 100 %) / көкөністер астындағы балық - Бұршақ пюресі ет қосылған Палау (құс/сиыр еті) - С/Ф +итмұрын компоты -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> -Үгітілген ірімшік конустары / ірімшікпен пісірілген картоп - Печенье/Вафли / Пряник "Солтүстік" Вена Скобасы - Қант пен лимон қосылған шай

Утверждаю
 Директор КГКП "Ясли-сад" Аленка" **Славничук И.А.**
 20.01.2023г



**Перспективное десятидневное меню осень-зима
 КГКП "Ясли-сад" Аленка" 23.01.23 - 03.02.23**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
23.01.23 1-день	-Каша кукурузная молочная / Творожный крем -Батон с маслом/батон с маслом, сыром -Кофейный напиток с молоком/какао с молоком 10.00 Банан/ фруктовый сок/яблоко	-Салат из моркови с зеленым горошком/соленый огурец -Суп по-чешски с яйцом со сметаной на к/б(говядина) Суп лапша на к/б -Мясо птицы порционно -Отварной рис /Плов из мяса говядины/Картофельное пюре/отварная гречка -Компот из сухофруктов + витамин «С» / Компот из сухофруктов +шиповник -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки, овощная икра -Вафли /печенье / пряник северный» / Сдоба «Венская» -Кефир с сахаром /Снежок / чай сладкий / чай сладкий с лимоном
24.01.23 2-день	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом Отварное яйцо -Кофейный напиток с молоком /Какао с молоком 10.00 Банан / Фруктовый сок Яблоко	-Салат (свежая капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло растительное / Свежий огурец) -Свекольник со сметаной на к/б -Азу по-татарски /Жаркое с мясом говядины - /Компот из с/ф+шиповник -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный молочный/ Творожно-манная запеканка со сгущённым молоком повидлом /Отварные макароны с сыром -Вафли/ домашнее печенье / печенье /пряник -Чай с Конфетой / Чай с молоком и сахаром / -Чай сладкий с лимоном
25.01.23 3-день	-Каша рисовая молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыром - Какао с молоком/Чай с молоком 10.00 Банан / Фруктовый сок / Яблоко	-Салат свекольный /свежий помидор/ Свежий огурец /соленый огурчик -Суп фасолевый со сметаной на к/б -Котлета рыбная/плов с мясом пт ,биточки (куры50 %+говядина50%) -Отварные рожки/отварной рис -Соус -Компот из сухофруктов с шиповником кислотой -Хлеб пшеничный	-Пирожок с картошкой/повидлом/Суп молочный гречневый -Чай с Конфетой / Чай сладкий Чай сладкий с лимоном
26.01.23 4-день	-Омлет/Каша манная молочная -Батон с маслом и сыром -Кофейный напиток с молоком /Какао с молоком 10.00 Банан/Яблоко	-Салат Зайчик / Свежий огурец / --Рассольник со сметаной на к/б -Котлета из мяса птицы 100 % -Гороховое пюре (01-31) -Соус - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу Треугольник с рыбой/Самса с мясом(птица/говядина) -Вафли/печенье /Пряник «Северный /песочный рогалик/Домашняя булочка -Кефир с сахаром / Снежок Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном

27.01.23 5-день	-Каша ячневая молочная /Творожный крем -Батон с маслом -Кофейный напиток с молоком 10.00 Яблоко/Банан/Сок фруктовый	-Соленый огурец /Свежий огурец -Суп овощной со сметаной на к/б -Картофельный рулет(мясо птицы100%) Мясной рулет с яйцом (мясо пт./мясо гов.) Гороховое пюре - Соус -Компот из сухофруктов с шиповником+ витамин «С» -Хлеб пшеничный	-Манные биточки с повидлом/сгущенным молоком / Плов овощной/плов фруктовый/Омлет -Чай сладкий/Чай сладкий с лимоном
30.01.23 6-день	-Каша пшеничная молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыр / /Отварное яйцо -Какао с молоком 10.00 Сок фруктовый/Банан/Яблоко	-Свежий огурец/Свежий помидор / салат свекольный -Щи со сметаной на к/б /Суп гороховый на к/б -Зразы с мясом и яйцом (50/50) -Вермишель -Соус - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Сырники со сгущенным молоком /повидл. / /Творожная запеканка со сгущенкой Суп гречневый молочный -Вафли/Печенье/ Пряник «Северный» -Чай с Конфетой / Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном
31.01.23 7-день	-Каша манная молочная -Батон с маслом -Кофейный напиток с молоком 10.00 Яблоко/Банан/сок фруктовый	-Салат марковный -Суп лапша домашняя на к/б/Суп по Чешски на к/б -Мясо птицы порционно/ Бигус с мясом говядины -Картофельное пюре -Компот из с/ф с витамином С / с шиповником/Сок фруктовый -Хлеб пшеничный	-Суп из рыбных консервов/Суп рыбный из свежей рыбы -Пирог «Кух»/ Пирожок с картошкой/повидлом -Чай сладкий / Чай сладкий с лимоном
01.02.23 8-день	Каша«Дружба»(рис+пшено) молочная -Батон с маслом -Какао с молоком /Кофейный напиток с молоком 10.00 Яблоко/Банан/Сок фруктовый /кефир с сахаром	-Салат «Витаминный» (капуста+ морковь) /салат свекольный/Икра овощная -Суп «Харчо» на к/б со сметаной -Манты (мясо птицы 50% мясо говядина 50%) -Кисель фруктовый с витамином С Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу / Омлет/ Творожный крем -Вафли/Печенье/ Пряник «Северный» -Чай сладкий -Хлеб пшеничный
02.02.23 9-день	-Каша геркулесовая молочная/Каша ячневая молочная -Батон с маслом и сыром -Кофейный напиток с молоком 10.00 Яблоко/Банан/Сок фруктовый	-Свежий помидор/соленый огурец -Суп фасолевый на к/б/Суп гороховый на к/б -Гуляш мясной (мясо говядины)/Котлета мясная(50/50) -Картофельное пюре/Вермишель .Соус -Компот из с/ф с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп по-чешски на к/б Творожная запеканка со сгущенкой /повидлом - Вафли/Печенье/ Пряник/ Растягай с творогом/повидлом/яблоком -Чай сладкий
03.02.23 10-день	-Каша пшенная -Батон с маслом Отварное яйцо -Какао с молоком 10.00 Банан/Сок фруктовый/Яблоко	-Салат из свежих огурцов и помидор на растительном масле/свекольный салат/салат витаминны/Свежий огурец -Суп с яйцом и зеленым горошком со сметаной на к/б /Суп полевой на к/б -Ленивые голубцы (мясо говядины 50%, мясо птицы 50%)/тефтели(куры 100 %)/Рыба под овощами -Гороховое пюре Плов с мясом (птицы/говядины) - Компот из с/ф +шиповник -Хлеб пшеничный	-Рожки с тертым сыром/Картофель запеченный с сыром -Печенье /Вафли/Пряник «Северный» Сдоба Венская -Чай с сахаром и лимоном