

Бекітемін  
Директор "Аленка" мен/с КМҚК  
Ставничук И. А.  
2023 г



**"Аленка" бөбекжай-бақшасы "КМҚК" перспективалы он күндік мәзірі  
18.09.23-29.09.23.**

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
18.09.23	- Жүгері сүт ботқасы -сары май қосылған нан / ірімшік қосылған нан -сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 Банан / шырын / алма	- Сол.қияр / Әулие қияр / қызылша салаты -қаймақ қосылған борщ к /б / сорпа кеспе к / б -Ет қосылған Палау(сиыр еті/құс еті)/ Гуляш (сиыр еті/құс еті)/құс еті картоп пюресі./ Сурет. - Тұздық - Итмұрын+ вит қосылған с/жеміс компоты. "С" желе с вит " С " - бидай наны	-Қайнатылған мүйіздер, көкөніс уылдырығы./ Үгітілген ірімшік қосылған конустар./ Жұмыртқа мүйіздері / Самса (құс/сиыр еті) - лимон қосылған тәтті шай / тәтті шай - Кәмпит / печенье
19.09.23	Бидай сүті ботқасы -сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай 10.00 Банан / шырын / алма / қант қосылған айран / қар	-Салат қоян / жаңа піскен қызанақ -бұршақ сорпасы к/б / қырыққабат сорпасы қаймақ қосылған к / б -ет қосылған үйде қуырылған (сиыр еті/құс еті)/күріш / арпа. Котлет(құс100) - Вит қосылған тұздық -желе. "С" /итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -бидай наны	-Қоюландырылған сүт / Джем қосылған сүзбе -Жарма кәстрөлі/ Тары сүтті Кулеш -Вафли / печенье / үйдегі печенье / Солтүстік пряник. - Тәтті шай
20.09.23	-Жарма сүт ботқасы -сары май, ірімшік қосылған нан /сары май қосылған нан - сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 Банан / шырын / Алма	-Салат / жаңа қияр / тұз.қияр -к/б/сорпаға арналған қаймақ қосылған қызылша, к/б -Манта/тұшпара./ Құс еті бөліктерге бөлінеді.Қарақұмық.Тұздық. - Итмұрын+ вит қосылған кептірілген жеміс компоты. "С" / желе с вит. "С" - бидай наны	- Сүт вермишель сорпасы/картоп/қырыққабат қосылған пирог./ Балық сорпасы.кон / жаңа піскен балық сорпасы / көкөніс бұқтырмасы. - Лимон қосылған тәтті шай / тәтті шай -Печенье / пряник / кәмпит вафли
21.09.23	- Сүт арпа ботқасы - Сары май мен ірімшік қосылған нан / сары май қосылған нан.Жұмыртқа 1/2 -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай 10.00 / Банан / алма / қант қосылған айран / Қарлы кесек / шырын	-Қызылша салаты / жаңа піскен қызанақ - қаймақ қосылған үйдегі Ходжеподж м/б / тұшпара қосылған сорпа к/б / бұршақ сорпасы к / б -балық котлеті / көкөністер астындағы құлдар / ет Фрикаделькалары (сиыр еті/құс еті) - мүйіз - тұздық - Вит қосылған желе. "С" / итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	-Жеміс палауы / көкөніс палауы / қарақұмық сүт сорпасы-вафли / печенье / пряник / Вена скобасы -лимон қосылған тәтті шай/ тәтті шай/ сүт қосылған тәтті шай

22.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Күріш сүті ботқасы / тары сүті ботқасы</li> <li>- Сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан</li> <li>-Сүт қосылған кофе сусыны/сүт қосылған Какао</li> <li>10.00 Алма / Банан / Шырын Қант қосылған айран / қар</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат(қырыққабат+алма )/Сент.кияр</li> <li>-қаймақ қосылған тұздық к/б/сорпа к/б</li> <li>-ет наны (сиыр еті/құс еті)/ Биточки (құс еті 100)</li> <li>- картоп пюре/вермишель/күріш.</li> <li>- Тұздық</li> <li>- Итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты+ "С" дәрумені / с вит желе. "С"</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Омлет / сүзбе қосылған шырынды / сүт вермишель сорпасы.</li> <li>- Тәтті шай / желе/ сүт қосылған тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай/</li> <li>-Вафли / печенье / пряник</li> </ul>
25.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Тары сүті ботқасы /күріш сүті ботқасы</li> <li>- Сары май қосылған нан, ірімшік/сары май қосылған нан.</li> <li>-Сүт қосылған Какао / кофе сусыны.</li> <li>10.00 Банан / Алма / Шырын Қант қосылған айран / қар</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Салат (сәбіз+жасыл.гор) / жаңа піскен қызанақ / тұз.кияр</li> <li>-шаруа сорпасы қаймақ қосылған к/б/ борщ қаймақ қосылған к/б</li> <li>-Қазақша ет (сиыр еті)/ Гуляш (құс еті / сиыр еті). Бигус (сиыр еті) қарақұмық/картоп пюре</li> <li>. - Тұздық</li> <li>- Итмұрын қосылған с/жеміс компоты+ "С" дәрумені / с Вит желе. "С"</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Картоп сорпасы к/б / көкөніс бұқтырмасы / балық котлеттері / картоп пюре.</li> <li>- Вена торт / вафли / печенье / пряник</li> <li>- Тәтті шай / желе</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>
26.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Геркулес сүт ботқасы-сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай</li> <li>10.00 алма / Банан / шырын Қант қосылған айран</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Қызылша салаты / тұз.кияр К/б қаймақпен/дала сорпасы к / б</li> <li>- Ет пен жұмыртқа қосылған зраздар(50/50) ет қосылған Бигус (сиыр еті)</li> <li>- Картоп пюре/күріш гарнирі/Вермишель соусы</li> <li>-С/Ф С vit компоты. С және итмұрын/ желе с вит. "С"</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Қоян салаты-қайнатылған жұмыртқа (1) / СГ бар ірімшіктер.сүт /Джем./ Сг бар сүзбе кәстрөлі .сүт /Джем .Джем қосылған Жарма биточкалары / сг.сүтпен</li> <li>- Тәтті шай</li> <li>-Қысқа тоқаш / печенье / вафли / пряник</li> </ul>
27.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Достық" сүт ботқасы</li> <li>-Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан</li> <li>-Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны</li> <li>10.00 Алма / Банан / Шырын Қант қосылған айран / қар</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Көкөніс салаты / ст. кияр</li> <li>-қаймақ қосылған бұршақ сорпасы к/б / қызылша к / б қаймақ қосылған</li> <li>- Жалқау қырыққабат орамдары(50/50) / құс еті бөліктерге бөлінеді.</li> <li>- Мүйіздер.Тұздық-вит қосылған желе. С/Компот с / ф+ вит. Итмұрынмен және итмұрынмен</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Джем /картоп қосылған пирог шаруа сорпасы К/В</li> <li>-вафли/печенье/ пряник кәмпит.</li> <li>- Тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай/ қант қосылған айран / қар.</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>
28.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Сүт вермишелі</li> <li>-сары май мен ірімшік қосылған нан/сары май қосылған нан</li> <li>. -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай</li> <li>10.00 алма / Банан / қант қосылған айран шырыны / қар</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Жаңа піскен қызанақ / салат(кап+жасыл.гор)</li> <li>- К/б үшін қаймақ қосылған харчо сорпасы/к / б үшін тұшпара қосылған сорпа</li> <li>-Гуляш (сиыр еті) /құс еті қосылған картоп Кәстрөлі/</li> <li>- бұршақ пюре/арпа.</li> <li>- Тұздық .</li> <li>- Итмұрын/желе қосылған с/ф компоты</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Крутондары бар Чех стиліндегі сорпа-джеммен ашыңыз</li> <li>-Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай / сүт қосылған тәтті шай</li> <li>-Вафли / печенье / пряник</li> <li>-бидай наны</li> </ul>
29.09.23	<ul style="list-style-type: none"> <li>- "Артек" сүт ботқасы</li> <li>-сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан</li> <li>-Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны</li> <li>10.00 Банан / Шырын / Алма қант қосылған айран / қар</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Қызылша салаты./салат қоян</li> <li>-жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа қаймақ к/б / көкөніс сорпасы к / б қаймақ</li> <li>- Ет Биточки( 50/50) / ет наны(сиыр еті)</li> <li>- тұздық-қарақұмық./ Күріш</li> <li>- Вит қосылған желе. С/Компот с / ф с вит. Итмұрынмен және итмұрынмен</li> <li>Бидай наны</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы / картоп қосылған тұшпара / жұмыртқамен қайнатылған мүйіз.</li> <li>-Печенье / вафли / пряник</li> <li>- Қант пен лимон қосылған шай / қант қосылған шай</li> <li>-Бидай наны</li> </ul>

Утверждаю      Директор  
 КГКП «Ясли-сад «Алёнка»  
 Ставничук И. А.  
 « 15 »      09      2023г

Перспективное десятидневное меню  
 КГКП "Ясли -сад" Аленка"  
 18.09.23-29.09.23

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
1 день 18.09.23	-Каша кукурузная молочная -батон с маслом/батон с маслом сыром -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Банан /сок/яблоко	-Сол.огурец/св.огурец /салат свекольный -Борщ со сметаной на к/б /Суп лапша на к/б -Плов с мясом(говядина/птица)/ Гуляш(говядина/птица)/мясо птицы порционно -Картофельное пюре./Рис. - Соус -Компот из с/фруктов с шиповником+ вит. «С» Кисель с вит «С» -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки, овощная икра./ Рожки с тертым сыром. /Рожки с яйцом/ Самса (птица/говядина) -чай сладкий с лимоном/ чай сладкий -Конфета/печенье
2 день 19.09.23	-Каша пшеничная молочная -Батон с маслом /Батон с маслом ,сыром -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком  <b>10.00</b> Банан / сок / яблоко/ Кефир с сахаром/Снежок	-Салат Зайчик / Свежий помидор - Суп гороховый на к/б/ Щи со сметаной на к/б -Жаркое по домашнему с мясом (говядина/птица)/Рис/перловка. Котлета(птица100) -Соус - Кисель с вит. «С» /Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Творожно -манная запеканка со сгущенным молоком /повидлом/ Кулеш пшеничный молочный -Вафля/ печенье/печенье домашнее/пряник Северный. -Чай сладкий
3 день 20.09.23	-Каша манная молочная -Батон с маслом, сыром /батон с маслом -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Банан /сок / Яблоко	-Салат вит/Свежий огурец /сол.огурец -Свекольник со сметаной на к/б/Суп по Чешски на к/б -Манты/Мясной рулет (говядина /птица) Мясо птицы порционно.Гречка.Соус. -Компот из сухофруктов с шиповником+ вит. «С» / Кисель с вит. «С» -Хлеб пшеничный	-Суп Паутинка/молочный вермишелевый Пирожок с картошкой /капустой. / Суп рыбный из рыб.кон/ Суп рыбный из свежей рыбы/овощное рагу. - Чай сладкий с лимоном/ чай сладкий -Печенье/пряник/конфета Вафля -Хлеб пшеничный
4 день 21.09.23	-Каша ячневая молочная -Батон с маслом и сыром/ батон с маслом.Яйцо 1/2 -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком  <b>10.00 /</b> Банан/Яблоко/Кефир с сахаром/Снежок/Сок	-Салат свекольный / Свежий помидор - Солянка домашняя со сметаной на м/б/Суп с клёцками на к/б/Суп гороховый на к/б -Котлета рыбная/Раба под овощами/ Тефтели мясные(говядина/птица) - Рожки - Соус -Кисель с вит. «С»/ Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Плов фруктовый / Плов овощной /Суп гречневый молочный -Вафля/печенье / пряник/ слоба Венская/Ватрушка с творогом/повидлом - Чай сладкий с лимоном/ чай сладкий/ чай сладкий с молоком

5 день 22.09.23	-Каша рисовая молочная/каша пшённая молочная -Батон с маслом/батон с маслом ,сыром -Кофейный напиток с молоком/Какао с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Салат(капуста+яблоко )/св.огурец -Рассольник со сметаной на к/б/Суп Паутинка на к/б -Мясной рулет(говядина/птица)/ Манты (50/50) Биточки (птица 100) - Картофельное пюре/вермишель/рис. -Соус -Компот из сухофруктов с шиповником+ витамин «С»/ Кисель с вит. «С» -Хлеб пшеничный	-Омлет/Сочни с творогом/ Суп молочный вермишелевый. -Чай сладкий/кисель/ чай сладкий с молоком/ чай сладкий с лимоном/ -Вафля/печенье / пряник
6 день 25.09.23	-Каша пшеничная молочная /каша рисовая молочная -Батон с маслом, сыром/батон с маслом. -Какао молоком/кофейный напиток с молоком.  <b>10.00</b> Банан/Яблоко/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Салат(морковь+зел.гор)/ Свежий помидор/сол.огурец -Суп крестьянский на к/б со сметаной/ Борщ со сметаной на к/б -Мясо по казахски(говядина) /Гуляш (птица/ говядина). Бигус(говядина) Гречка/картофельное пюре. - Соус -Компот из с/фруктов с шиповником+ витамин «С» / Кисель с вит. «С» -Хлеб пшеничный	-Суп картофельный на к/б/ Овощное рагу /Тефтели рыбные/картофельное пюре. -Сдоба Венская /вафля/ печенье / пряник -Чай сладкий/кисель/кефир с сахаром -Хлеб пшеничный
7 день 26.09.23	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыром -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/сок Кефир с сахаром	Салат свекольный/сол.огурец -Щи на к/б со сметаной/Суп полевой на к/б -Зразы с мясом и яйцом (50/50)Бигус с мясом(говядина) -Картофельное пюре /Рисовый гарнир/Вермишель -Соус -Компот из с/ф с вит. С и шиповником/ Кисель с вит. «С» -Хлеб пшеничный	-Салат Зайчик -Яйцо варёное(1)/ Сырники со сг.молоком /повидлом./ Творожная запеканка со сг .молоком /повидлом .Манные биточки с повидлом /сг.молоком -Чай сладкий -Рогалик песочный/печенье/ вафля/пряник
8 день 27.09.23	-Каша«Дружба» молочная -Батон с маслом/батон с маслом и сыром -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Салат овощной /св.огурец - Суп фасольный со сметаной на к/б /Свекольник на к/б со сметаной -Ленивые голубцы(50/50)/мясо птицы порционно. -Рожки.Соус -Кисель с вит. С/ Компот из с/ф+ вит. С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Пирожок с повидлом / картошкой Суп крестьянский на к/б -Вафля/печенье/ пряник конфета. -Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном/ кефир с сахаром/снежок. -Хлеб пшеничный
9 день 28.09.23	-Молочная вермишель -Батон с маслом и сыром/батон с маслом. -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком <b>10.00</b> Яблоко/Банан/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Свежий помидор/салат(кап+зел.гор) -Суп Харчо со сметаной на к/б/Суп с клецками на к/б -Гуляш (говядина) /Запеканка картофельная с мясом птицы/ -гороховое пюре /перловка. -Соус .-Компот из с/ф с шиповником/Кисель -Хлеб пшеничный	-Суп по Чешски на к/б с гренками -Расстегай с повидлом -Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном/ чай сладкий с молоком -Вафля/печенье/ пряник -Хлеб пшеничный
10 день 29.09.23	-Каша "Артек"молочная -Батон с маслом/батон с маслом и сыром -Какао с молоком /кофейный напиток с молоком  <b>10.00</b> Банан/Сок /Яблоко кефир с сахаром/снежок	Салат свекольный./салат Зайчик/свежий огурец -Суп с яйцом и зеленым горошком со сметаной на к/б/Суп овощной со сметаной на к/б -Биточки мясные(50/50)/ Рулет мясной(говядина) -Соус -Гречка./Рис - /Компот из с/ф и шиповником Хлеб пшеничный	-Суп рыбный из рыбных консервов/ Суп рыбный из свежей рыбы / Вареники с картошкой / Рожки отварные с яйцом. -Печенье /вафля/пряник -Чай с сахаром и лимоном /чай с сахаром -Хлеб пшеничный