

Бекітемін

"Аленка" бөбекжай-бақшасы "

КМҚК директоры

Ставничук И. А.

"02" 10 2023ж.

Перспективалы екі апталық мәзір

02.10.2023 - 13.10.2023

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
02.10.2023	- Жарма ботқасы / Артек сүт -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	- Сәбіз салаты / қызылша / жаңа қияр / қызанақ - Ш / б/ш / б-дағы тұздық -Гуляш (тауық/сиыр еті) / қарақұмық гарнирі қосылған құс еті Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны	- Сүт вермишель сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен -Қант қосылған претзел / сүзбе қосылған ірімшік / алма қосылған түймелер / кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
03.10.2023	-Тары ботқасы / күріш сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	Қырыққабат, сәбіз және жүгері салаты/жаңа қияр / қызанақ / маринадталған қияр Тұшпара сорпасы / - Картоп пюресі қосылған ет пирогы/фрикаделька (50% тауық еті, 50% сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны	-Сүзбе-Жарма кәстрөлі / қоюландырылған сүт қосылған ірімшік / Джем/ ірімшік / жұмыртқа қосылған мүйіз - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
04.10.2023	-Арпа / бидай сүті ботқасы -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	-Жаңа қияр / қызанақ / қызылша салаты/маринадталған қияр - Маринадталған / сорпа чех тілінде - Манта (50% тауық, 50% сиыр еті) - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны	- Көкөніс бұқтырмасы/к/б-дағы "тор" сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
05.10.2023	- Геркулес ботқасы / жүгері сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	-Жаңа піскен қияр / қызанақ / сәбіз салаты / сәбіз және жасыл бұршақ салаты / маринадталған қияр - Үй кеспесі / шаруа сорпасы / Ш / б - Бұршақ/картоп пюресі қосылған ет (50% тауық, 50% сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны	- Палау жеміс / көкөніс / сорпа күріш сүті - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Үйдегі Печенье / кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
06.10.2023	-Бидай ботқасы/күріш сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар	- "Витамин" салаты / жаңа қияр / қызанақ / маринадталған қияр - Жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа / бұршақ к / б - Ет қосылған Учпучмаки (50% тауық, 50% сиыр еті)/ қарақұмық/інжу гарнирі бар Гуляш (тауық/сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны	-Сүзбе-Жарма кәстрөлі / қоюландырылған сүт қосылған ірімшік / Джем / жұмыртқамен пісірілген макарон - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Үйдегі тоқаш / кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)

09.10.2023	<ul style="list-style-type: none"> - "Достык" ботқасы / арпа сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Асқабак уылдырығы/көкөніс / жасыл бұршак қосылған сәбіз салаты / қырыққабат, сәбіз және жүгері / жаңа қияр / қызанақ / маринадталған қияр - Борщ / қызылша к / б - Картоп пюресі/күріш гарнирі/қырыққабат бұқтырылған ет (50% тауық еті, 50% сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Ірімшік қосылған қайнатылған мүйіздер / жұмыртқа қосылған / балық сорпасы консервіленген / қаңа піскен балық/к / б-дағы "тор" сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер(печенье, вафли, пряник) / "Вена" Маффині/Джем / картоп қосылған пирог
10.10.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Жарма ботқасы / сүт тары - Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Жаңа қияр / қызанақ / қызылша салаты/маринадталған қияр - Көкөніс сорпасы/тұшпара сорпасы к / б - Күріш/қарақұмық гарнирі бар ет (тауық, сиыр еті)/биточки/ет пирогы (50% тауық, 50% сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> -Балық суфлесі / балық котлеті / картоп пюресі қосылған көкөністермен бұқтырылған балық / тары сүті кулеш - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
11.10.2023	<ul style="list-style-type: none"> - "Артек" ботқасы / Геркулес сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Қырыққабат, сәбіз және жасыл бұршак салаты/ жаңа қияр / қызанақ / маринадталған қияр -Қызылша / үй кеспесі / бұршак сорпасы к / б - Қарақұмық гарнирі бар үйдегі қуыру (тауық еті, сиыр еті)/ет еті (50% тауық еті, 50% сиыр еті) / қайнатылған мүйізі бар балық котлеті - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - Күріш сүті сорпасы/көкөніс палауы / жеміс / сәбіз салаты / картоп пюресі - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен -Ірімшік қосылған Хачапури / қысқа тоқаш/Джем пирогы / кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
12.10.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Геркулес ботқасы / жарма / күріш сүті -Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Жаңа піскен қияр/қызанақ/"витамин" салаты / маринадталған қияр - Қырыққабат сорпасы / бұршак сорпасы / борщна к / б -Гуляш (тауық/сиыр еті)/ қарақұмық/інжу гарнирі/қайнатылған мүйізі бар құс еті - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> - К/б/омлетке арналған "Дала" сорпасы - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Картоп/қырыққабат/Джем қосылған пирог / кондитерлік өнімдер (печенье, вафли, пряник)
13.10.2023	<ul style="list-style-type: none"> - Арпа ботқасы/"Достык" сүт - Какао / цикорий / сүт қосылған шай - Сары май / ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10 сағат-алма, банан, жеміс шырыны, йогурт, айран, қар 	<ul style="list-style-type: none"> -Сәбіз салаты/жаңа қияр / қызанақ / қырыққабат, сәбіз және жүгері салаты - Сорпа харчо / қырыққабат сорпасы / борщна к / б - Картоп пюресі мен бұқтырылған қырыққабат /қайнатылған мүйіз/күріш гарнирі бар ет еті (50% тауық еті, 50% сиыр еті) - Тұздық - Құрғақ Компот.фр./ вит бар желе.С / жеміс шырыны / тәтті шай -Бидай наны 	<ul style="list-style-type: none"> -Сүзбе-Жарма кәстрөлі/қоюландырылған сүт/Джем / Омлет қосылған ірімшік торттары - Тәтті шай / лимонмен/сүтпен - Кондитерлік өнімдер(печенье, вафли, пряник) / Джем қосылған түймелер / алма / сүзбе қосылған шырын



Утверждаю
Директор КГКП «Ясли-сад
«Алёнка»
Ставничук И.А. 
«02» 10. 2023г.

**Перспективное двухнедельное меню
с 2 октября 2023 года по 13 октября 2023 года**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
02.10.2023 Понедельник	-Каша манная/Артек молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат морковный/свекольный/свежий огурец/помидор -Щи на к/б/Рассольник на к/б -Гуляш (куры/говядина)/мясо птицы порционно с гречневым гарниром Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Суп молочный вермишелевый -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Крендель с сахаром/ватрушка с творогом/расстегаи с яблоком/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
03.10.2023 Вторник	-Каша пшеничная/рисовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат из капусты, моркови и кукурузы/свежий огурец/помидор/солёный огурец -Суп с клецками/суп гороховый на к/б -Котлета/тефтеля мясная (50% кури, 50% говядина) с картофельным пюре -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Творожно-манная запеканка/сырники со сгущенным молоком/повидлом/рожки с сыром/ яйцом -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
04.10.2023 Среда	-Каша ячневая/пшеничная молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Свежий огурец/помидор/салат свекольный/солёный огурец -Рассольник/суп по Чешски на к/б -Манты (50% кури, 50% говядина) -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Овощное рагу/Суп «Паутинка» на к/б -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
05.10.2023 Четверг	-Каша геркулесовая/кукурузная молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Свежий огурец/помидор/салат морковный/ салат из моркови и зелёного горошка /солёный огурец -Лапша домашняя/суп Крестьянский/Щи на к/б -Биточки мясные (50% кури, 50% говядина) с гороховым/картофельным пюре -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Плов фруктовый/овощной/суп рисовый молочный -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Печенье домашнее/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
06.10.2023 Пятница	-Каша пшеничная/рисовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат «Витаминный»/ свежий огурец/помидор/солёный огурец -Суп с яйцом и зелёным горошком / фасолевый на к/б -Учпучмаки с мясом (50% кури, 50% говядина)/ Гуляш (куры/говядина) с гречневым/перловым гарниром -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Творожно-манная запеканка/сырники со сгущенным молоком/повидлом/ Макароны, запечённые с яйцом -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Булочка домашняя/ кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)

09.10.2023 Понедельник	-Каша «Дружба»/ячневая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Икра кабачковая/овощная/салат из моркови с зелёным горошком/из капусты, моркови и кукурузы/ свежий огурец/помидор/солёный огурец -Борщ/Свекольникна к/б -Зразы/биточки мясные (50% кури, 50% говядина) с картофельным пюре/рисовым гарниром/капустой тушёной -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Рожки отварные с сыром/с яйцом/суп рыбный из рыбных консерв/свежей рыбы/суп «Паутинка» на к/б -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)/Сдоба «Венская»/Пирожок с повидлом/картошкой
10.10.2023 Вторник	-Каша манная/пшенная молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Свежий огурец/помидор/салат свекольный/солёный огурец -Суп овощной/суп с клёцками на к/б -Плов мясной (кури, говядина)/биточки/котлета мясная (50% кури, 50% говядины) с рисовым/гречневый гарниром -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Суфле рыбное/котлета рыбная/рыба тушёная с овощами с картофельным пюре/кулеш пшенный молочный -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
11.10.2023 Среда	-Каша «Артек»/геркулесовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат из капусты, моркови и зелёного горошка/ свежий огурец/помидор/солёный огурец -Свекольник/Лапша домашняя/суп фасолевый на к/б -Домашнее жаркое (кури, говядина)/Рулет мясной (50% кури, 50% говядины) с гречневым гарниром/Котлета рыбная с рожками отварными -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Суп рисовый молочный/плов овощной/фруктовый/салат морковный/картофельное пюре -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Хачапури с сыром/рогалик песочный/пирожок с повидлом/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
12.10.2023 Четверг	-Каша геркулесовая/манная/рисовая молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Свежий огурец/помидор/салат «Витаминный»/солёный огурец -Щи/суп гороховый/Борщна к/б -Гуляш (кури/говядина)/ мясо птицы порционно с гречневым/перловым гарниром/рожками отварными -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Суп «Полевой» на к/б/Омлет -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Пирожок с картофелем/капустой/повидлом/кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)
13.10.2023 Пятница	-Каша ячневая/«Дружба» молочная -Какао/цикорий/чай с молоком -Батон с маслом/сыром/яйцо отварное 10 часов – яблоки, бананы, сок фруктовый, йогурт, кефир, снежок	-Салат морковный/свежий огурец/помидор/салат из капусты, моркови и кукурузы -Суп харчо/Щи/Борщна к/б -Рулет /зразы/тефтели мясные (50% кури, 50% говядина) с картофельным пюре и капустой тушёной/рожками отварными/рисовым гарниром -Соус -Компот из сух.фр./кисель с вит.С/сок фруктовый/чай сладкий -Хлеб пшеничный	-Творожно-манная запеканка/сырники со сгущённым молоком/повидлом/Омлет -Чай сладкий/с лимоном/с молоком -Кондитерские изделия (печенье, вафли, пряник)/расстегаи с повидлом/яблоками/сочни с творогом