



 Бекітемін
 Директор "Аленка" мен/с КМҚК
 Ставничук И. А.
 « 26 » 12 2023 г

"Аленка" бөбекжай-бақшасы "КМҚК" перспективалы он күндік мәзірі
 27.12.23-11.01.24

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
27.12.23	- 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 поресі./ 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
28.12.23	Бидай сүті ботқасы -сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай 10.00 Банан / шырын / алма / кант 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
29.12.23	-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
03.01.24	- 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 / кант 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

04.01.24	- Күріш сүті ботқасы / тары сүті ботқасы - Сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны/сүт қосылған Какао 10.00 Алма / Банан / Шырын Қант қосылған айран / қар	-Салат(қырыққабат+алма)/Сент.қияр -қаймақ қосылған тұздық к/б/сорпа к/б -ет наны (сиыр еті/құс еті)/ Биточки (құс еті 100) - картоп пюре/вермишель/күріш. - Тұздық - Итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты+ "С" дәрумені / с вит желе. "С" -Бидай наны	- Омлет / сүзбе қосылған шырынды / сүт вермишель сорпасы. - Тәтті шай / желе/ сүт қосылған тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай/ -Вафли / печенье / пряник
05.01.24	-Тары сүті ботқасы /күріш сүті ботқасы - Сары май қосылған нан, ірімшік/сары май қосылған нан. -Сүт қосылған Какао / кофе сусыны. 10.00 Банан / Алма / Шырын Қант қосылған айран / қар	-Салат (сәбіз+жасыл.гор) / жаңа піскен қызанақ / тұз.қияр -шаруа сорпасы қаймақ қосылған к/б/ борщ қаймақ қосылған к/б -Қазақша ет (сиыр еті)/ Гуляш (құс еті / сиыр еті). Бигус (сиыр еті) қарақұмық/картоп пюре - Тұздық - Итмұрын қосылған с/жеміс компоты+ "С" дәрумені / с Вит желе. "С" -Бидай наны	- Картоп сорпасы к/б / көкөніс бұқтырмасы / балық котлеттері / картоп пюре. - Вена торт / вафли / печенье / пряник - Тәтті шай / желе -Бидай наны
08.01.24	-Геркулес сүт ботқасы-сары май қосылған нан / сары май, ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай 10.00 алма / Банан / шырын Қант қосылған айран	-Қызылша салаты / тұз.қияр К/б қаймақпен/дала сорпасы к / б - Ет пен жұмыртқа қосылған зраздар(50/50) ет қосылған Бигус (сиыр еті) ~ - Картоп пюре / күріш гарнирі/Вермишель соусы -С/Ф С vit компоты. С және итмұрын/ желе с вит. "С" -Бидай наны	-Қоян салаты-қайнатылған жұмыртқа (1) / СГ бар ірімшіктер.сүт /Джем./ Сг бар сүзбе кәстрөлі .сүт /Джем .Джем қосылған Жарма биточкалары / сг.сүтпен - Тәтті шай -Қысқа тоқаш / печенье / вафли / пряник
09.01.24	- "Достық" сүт ботқасы -Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 Алма / Банан / Шырын Қант қосылған айран / қар	- Көкөніс салаты / ст. қияр -қаймақ қосылған бұршақ сорпасы к/б / қызылша к / б қаймақ қосылған - Жалқау қырыққабат орамдары(50/50) / құс еті бөліктерге бөлінеді. - Мүйіздер.Тұздық-вит қосылған желе. С/Компот с / ф+ вит. Итмұрынмен және итмұрынмен -Бидай наны	Джем /картоп қосылған пирог шаруа сорпасы К/В -вафли/печенье/ пряник кәмпит. - Тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай/ қант қосылған айран / қар. -Бидай наны
10.01.24	-Сүт вермишелі -сары май мен ірімшік қосылған нан/сары май қосылған нан -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай 10.00 алма / Банан / қант қосылған айран шырыны / қар	-Жаңа піскен қызанақ / салат(кап+жасыл.гор) - К/б үшін қаймақ қосылған харчо сорпасы/к / b үшін тұшпара қосылған сорпа -Гуляш (сиыр еті) /құс еті қосылған картоп Кәстрөлі/ - бұршақ пюре / арпа. - Тұздық . - Итмұрын/желе қосылған с/ф компоты -Бидай наны	- Крутондары бар Чех стиліндегі сорпа-джеммен ашыңыз -Тәтті шай / лимон қосылған тәтті шай / сүт қосылған тәтті шай -Вафли / печенье / пряник -бидай наны
11.01.24	- "Артек" сүт ботқасы -сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан -Сүт қосылған Какао / сүт қосылған кофе сусыны 10.00 Банан / Шырын / Алма қант қосылған айран / қар	Қызылша салаты./салат қоян -жұмыртқа мен жасыл бұршақ қосылған сорпа қаймақ к/б / көкөніс сорпасы к / б қаймақ - Ет Биточки(50/50) / ет наны(сиыр еті) - тұздық-қарақұмық./ Күріш - Вит қосылған желе. С/Компот с / ф с вит. Итмұрынмен және итмұрынмен Бидай наны	- Консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы / картоп қосылған тұшпара / жұмыртқамен қайнатылған мүйіз. -Печенье / вафли / пряник - Қант пен лимон қосылған шай / қант қосылған шай -Бидай наны


 Утверждаю **Директор**
КГКП «Ясли-сад «Алёнка»
 **Ставничук И. А.**
 « 26 » 12 2023г

Перспективное десятидневное меню
КГКП "Ясли -сад"Аленка"
27.12.23-11.01.24

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
1 день 27.12.23	-Каша кукурузная молочная -батон с маслом/батон с маслом сыром -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком 10.00 Банан /сок/яблоко	-Сол.огурец/св.огурец /салат свекольный -Борщ со сметаной на к/б /Суп лапша на к/б /Суп фасолевый на к/б со смет -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 28.12.23	-Каша Артек молочная/ пшеничная молочная -Батон с маслом /Батон с маслом ,сыром -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком 10.00 Банан / сок / яблоко/ Кефир с сахаром/Снежок	-Салат Зайчик / Свежий-помидор - Суп гороховый на к/б/ Щи со сметаной на к/б/Суп с клёцками 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 29.12.23	-Каша манная /ячневая молочная -Батон с маслом, сыром /батон с маслом -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком 10.00 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 порционн /Гуляш. Гречка/картофельное пюре 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 03.01.24	-Каша ячневая/манная молочная -Батон с маслом и сыром/ батон с маслом.Яйцо 1/2 -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком 10.00 / 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 /Щи со сметаной 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

5день 04.01.24	-Каша рисовая молочная/каша пшённая молочная -Батон с маслом/батон с маслом ,сыром -Кофейный напиток с молоком/Какао с молоком 10.00 Яблоко/Банан/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Салат(капуста+яблоко)/св.огурец/Салат Зайчик -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 гречка . 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
бдень 05.01.24	-Каша пшенная молочная /каша рисовая молочная -Батон с маслом, сыром/батон с маслом. -Какао молоком/кофейный напиток с молоком. 10.00 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 - Гуляш (птица/ говядина). Бигус(говядина)/Жаркое по домашнему Гречка/картофельное пюре/Рожки. 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
7день 08.01.23	-Каша геркулесовая молочная -Батон с маслом/ Батон с маслом, сыром -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком 10.00 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)/Мясо птицы порционно -Картофельное пюре /Рисовый гарнир/Вермишель . Соус -Компот из с/ф с вит. С и шиповником/ -Хлеб пшеничный	-Салат Зайчик -Яйцо варёное(1)/ Сырники / Творожная запеканка со сг.молоком /повидлом/ Картофельное пюре -Чай сладкий -Рогалик песочный/печенье/ вафля/пряник
8день 09.01.24	-Каша«Дружба» молочная -Батон с маслом/батон с маслом и сыром -Какао с молоком/ кофейный напиток с молоком 10.00 Яблоко/Банан/Сок Кефир с сахаром/Снежок	-Салат овощной /св.огурец - Суп фаселевый 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 / пирог Кух Суп крестьянский на к/б -Вафля/печенье/ пряник конфета. -Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном/ кефир с сахаром/снежок. -Хлеб пшеничный
9день 10.01.274	-Молочная вермишель -Батон с маслом и сыром/батон с маслом. -Кофейный напиток с молоком/Чай с молоком 10.00 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
10день 11.01.24	-Каша "Артек"молочная -Батон с маслом/батон с маслом и сыром -Какао с молоком /кофейный напиток с молоком 10.00 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) /Манты (50/50) -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