

БЕКІТЕМІН
« Алёнка » б/ж КМҚК-нің
директоры
И.А.Ставничук
« 9 » 04. 2024 ж.

11.04.2024 бастап 24.04.2024 дейін
перспективалы екі апталық мәзір

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
11.04.2024 Бейсенбі 1 – ші күн	Геркулес ботқасы жүгері / Сүт пен қант какао / сүт пен қант қосылған кофе сусыны Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / жеміс шырыны / алма /	Салат / маринадталған қияр / жаңа қияр / жаңа піскен қызанақ Қаймақ қосылған Борщ, ет сорпасында / қарақұмық сорпасы / кеспе сорпасы / Чех стиліндегі сорпа Құс еті / ет қосылған Палау Қайнатылған қарақұмық / картоп пюре / қайнатылған күріш Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты /	Сүт жармасы / сорпа "Өрмекші торы" / Омлет / қайнатылған мүйіз / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған мүйіз / балық суфле / картоп пюре / Вафли / Кәмпит / Печенье / "Солтүстік" Пряник / "Вена" Скобасы Қант қосылған айран / Қарлы кесек / қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай
12.04.2024 Жұма 2 – ші күн	Геркулес ботқасы сүт Қант пен сүт қосылған кофе сусыны / сүт пен қант қосылған Какао Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан // жеміс шырыны / алма /	Консервіленген жүгері қосылған жаңа сәбіз және қырыққабат салаты / жаңа қияр / маринадталған қияр / жаңа қызанақ Ет сорпасында қаймақ қосылған қызылша Ет қосылған татар стиліндегі Азу / ет қосылған үйдегі қуыру С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кептірілген жеміс компоты Бидай наны	Кулеш тары сүті / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған конустар / қоюландырылған сүт / Джем қосылған сүзбе – Жарма кәстрөлі Вафли / кәмпит / печенье / "Солтүстік" Пряник / үй печенье / Қант шайы / қант және лимон шайы / кәмпит шайы / қант және сүт шайы Банан / Алма
15.04.2024 Дүйсенбі 3 – ші күн	Жүгері ботқасы / күріш сүті ботқасы Сүт пен қант қосылған Какао / сүт пен қант қосылған шай / қант қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа	салат / жаңа қияр / жаңа піскен қызанақ / маринадталған қияр Ет сорпасында тұшпара қосылған сорпа / ет сорпасында қаймақ қосылған Борщ / ет сорпасында қаймақ қосылған бұршақ сорпасы Ет кесектері / ет гуляш / ет қосылған Палау / балық котлеті / овош қосылған бұқтырылған балық Қайнатылған мүйіздер / қайнатылған күріш / қайнатылған арпа Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны	Сүзбе / Джем / картоп пирогы / Джем / қырыққабат қосылған ірімшік ірімшігі Қарақұмық сүт сорпасы Вафли / Кәмпит / Печенье / Пряник "Солтүстік" Қант қосылған айран / С дәрумені бар желе / қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай / кәмпит қосылған шай
16.04.2024 Сейсенбі 4 – ші күн	Сүзбе / Джем / картоп пирогы / Джем / қырыққабат қосылған ірімшік ірімшігі Қарақұмық сүт сорпасы Вафли / Кәмпит / Печенье / Пряник "Солтүстік" Қант қосылған айран / С дәрумені бар желе / қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай / кәмпит қосылған шай	Өсімдік майына жаңа сәбіз салаты / өсімдік майына қайнатылған қызылша салаты / Жаңа қияр Ет сорпасында қаймақ қосылған тұздық Ет котлеті Бұршақ пюре / қайнатылған қарақұмық / картоп пюре / қайнатылған күріш Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар кептірілген жеміс компоты / С дәрумені бар жеміс желе / жаңа алма сусыны / жеміс шырыны / қант қосылған шай Бидай наны	Көкөніс бұқтырмасы / картоп пюре / көкөністер қосылған балық бұқтырмасы / қырыққабат бұқтырмасы / балық қосылған Учпучмак Бидай наны Қант қосылған айран / Қарлы кесек / қант қосылған шай / қант пен лимон қосылған шай Вафли / кәмпит / Печенье / "Солтүстік" Пряник / үй тоқаш / Джем пирогы / қысқа тоқаш / ет Самса (құс еті / сиыр еті / балық)

<p>17.04.2024 Сәрсенбі 5 – ші күн</p>	<p>Сүт арпа ботқасы / Сүт пен қант қосылған кофе сусыны / сүт пен қант қосылған Какао / қант пен сүт қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа</p>	<p>Жаңа піскен қияр / салат маринадталған қияр / қайнатылған қызылша салаты Ет сорпасында қаймақ қосылған сорпа / ет сорпасында қаймақ қосылған көкөніс сорпасы Ет кесектері / ет гуляш / ет қосылған картоп орамы / ет пен жұмыртқа орамы Картоп пюреі / бұршақ / арпа Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны</p>	<p>Көкөніс палауы / жеміс палауы / қоюландырылған сүт қосылған Жарма жармасы / қоюландырылған сүт қосылған омлет / ірімшік торттары Қант шайы / қант және лимон шайы Вафли / Печенье / Пряник «Северный»</p>
<p>18.04.2024 Бейсенбі 6 – ші күн</p>	<p>Тары ботқасы сүт / бидай сүті ботқасы Сүт пен қант қосылған шай / сүт пен қант қосылған Какао Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа</p>	<p>Өсімдік майына қайнатылған қызылша салаты / Жаңа қияр / жаңа піскен қызанақ / маринадталған қияр Бұршақ сорпасы ет сорпасында / көкөніс сорпасы / тұшпара сорпасы Ет биточи / ет пен жұмыртқа қосылған Зраза / ет қосылған Палау / жалқау қырыққабат орамдары Қайнатылған мүйіздер / картоп пюреі Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны</p>	<p>Ет сорпасындағы "дала" сорпасы / қарақұмық сүт сорпасы / қоюландырылған сүт қосылған ірімшік торттары / джем / қоюландырылған сүт қосылған сүзбе-Жарма кәстрелі / Джем Қант шайы / қант және лимон шайы Вафли / Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит / "Вена" Муфтасы / Бидай наны</p>
<p>19.04.2024 Жұма 7 – ші күн</p>	<p>Сүтті бидай ботқасы Сүт пен қант какаосы / сүт пен қант қосылған кофе сусыны Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа</p>	<p>Жаңа піскен қызанақ / Салат / жаңа қияр Ет сорпасындағы бұршақ сорпасы / ет сорпасындағы үйдегі кеспе сорпасы / ет сорпасындағы қаймақ қосылған "Чех" қызылша сорпасы Қайнатылған тауықтар Картоп пюреі / қырыққабат бұқтырмасы Ет қосылған Бигус / ет гуляш / құс еті / балық котлеті / ет қосылған Манта С дәрумені бар кептірілген жеміс компоты Бидай наны</p>	<p>Балық сорпасы консервіленген балық сорпасы / жаңа піскен балық сорпасы Бидай наны Вафли / Кәмпит / Печенье / Пряник "Солтүстік" Қант шайы / қант және лимон шайы / С дәрумені бар жеміс желе / қант қосылған айран Бидай наны "Кух" пирогы / қырыққабат пирогы / картоп пирогы</p>
<p>22.04.2024 Дүйсенбі 8 – ші күн</p>	<p>Сүт пен қант қосылған Какао сүтіндегі "Достық" ботқасы (күріш + тары жармасы) / сүт пен қант қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / жеміс шырыны / алма /</p>	<p>Тұздалған қияр салаты / Жаңа қияр Қаймақ қосылған "Харчо" сорпасы ет сорпасында / ет сорпасында қаймақ қосылған қызылша Ет қосылған Манта / ет қосылған Пигоди / ет сорпасында қаймақ қосылған қырыққабат сорпасы С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны</p>	<p>Омлет / көкөніс бұқтырмасы / сүзбе кремi / қарақұмық сүт сорпасы / сүт вермишель сорпасы Қант шайы / қант және лимон шайы / қант қосылған айран "Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье Бидай наны</p>
<p>23.04.2024 Сейсенбі 9 – ші күн</p>	<p>Геркулес ботқасы / арпа сүт ботқасы Сүт пен қант қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа</p>	<p>Салат / жаңа піскен қызанақ / жаңа қияр / маринадталған қияр Ет сорпасында бұршақ сорпасы / ет сорпасында бұршақ сорпасы / ет сорпасында тұшпара қосылған сорпа Ет гуляш / ет котлеті Қайнатылған қарақұмық / картоп пюреі / қайнатылған күріш / қайнатылған мүйіз Тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны</p>	<p>Сүт вермишель сорпасы / қоюландырылған сүт / Джем қосылған сүзбе – маная кәстрелі / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған конустар / Қант шайы / қант және лимон шайы / С дәрумені бар жеміс желе Банан / Алма "Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье / Алма / Джем / сүзбе қосылған түймені ашыңыз</p>
<p>24.04.2024 Сәрсенбі 10 – ші күн</p>	<p>Тары сүті ботқасы / бидай сүті ботқасы / Жарма сүті Сүт пен қант қосылған Какао Сары май қосылған нан / сары май мен ірімшік</p>	<p>Салат / қияр жаңа Бұршақ сорпасы "дала" ет сорпасында / қарақұмық сорпасы Жалқау қырыққабат орамдары / ет қосылған Палау / ет Фрикаделькалары / көкөністермен бұқтырылған балық</p>	<p>Ірімшікпен пісірілген картоп / қайнатылған конустар / үгітілген ірімшік қосылған қайнатылған конустар / қоюландырылған сүт қосылған</p>

	қосылған нан / қайнатылған жұмыртқа 10.00 қант қосылған айран / Банан / Йогурт / жеміс шырыны / алма / сүт / өрік жаңа	Қайнатылған конустар / картоп пюреі / бұршақ пюреі / қайнатылған күріш тұздық С дәрумені мен итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоты Бидай наны	сүзбе – Жарма кәстрелі/ Көкөніс уылдырығы / консервіленген цуккини Қант шайы / қант және лимон шайы / қант қосылған айран "Солтүстік" Пряник / Вафли / Печенье /алма/сүзбе / Джем қосылған түймені ашыңыз Банан / Алма
--	--	--	--



**Перспективное двухнедельное меню
С 11.04.2024 по 24.04.2024**

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
11.04.2024 Четверг 1 - ый день	Каша геркулесовая кукурузная / Какао молоком и сахаром / Кофейный напиток с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00 Кефир с сахаром / Банан / Фруктовый сок / Яблоко /	Салат / Соленый огурец / Свежий огурец / Свежий помидор Борщ со сметаной на мясном бульоне / Суп гречневый / Суп лапша / Суп по – Чешски Мясо птицы порционно / Плов с мясом Гречка отварная / Картофельное пюре / Рис отварной Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником / Хлеб пшеничный	Каша манная молочная / Суп «Паутинка» / Омлет / Рожки отварные / Рожки отварные с тертым сыром / Рыбное суфле / Картофельное пюре / Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Сдоба «Венская» Кефир с сахаром / Снежок / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном
12.04.2024 Пятница 2 – ой день	Каша геркулесовая молочная Кофейный напиток с сахаром и молоком / Какао с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00 Кефир с сахаром / Банан / Фруктовый сок / Яблоко /	Салат из свежей моркови и капусты с консервированной кукурузой / Свежий огурец / Соленый огурец / Свежий помидор Свекльник со сметаной на мясном бульоне Азу по – татарски с мясом / Домашнее жаркое с мясом Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником / Компот из сухофруктов с витамин Хлеб пшеничный	Кулеш пшеничный молочный / Рожки отварные с тертым сыром / Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком / повидлом Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Домашнее печенье Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном / Чайс конфетой / Чай с сахаром и молоком Банан / Яблоко
15.04.2024 Понедельник 3 – ий день	Каша кукурузнаямолочная/ Каша рисовая молочная Какао с молоком и сахаром / Чай с молоком и сахаром / Чай с сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Салат / Свежий огурец / Свежий помидор / Соленый огурец Суп с клецками на мясном бульоне/ Борщ со сметаной на мясном бульоне / Суп фасолевый со сметаной на мясном бульоне Мясные биточки / Мясной гуляш / Плов с мясом / Рыбная котлета / Рыба тушеная с овощами Рожки отварные / Рис отварной / Перловка отварная Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Ватрушка с творогом / повидлом / Пирожок с картошкой / повидлом / капустой Суп молочный гречневый Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» Кефир с сахаром / Кисель с витамином С / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном / Чай с конфетой
16.04.2024 Вторник 4 – ый день	Каша манная молочная / Каша рисовая молочная / Омлет / Суп молочный вермишелевый Кофейный напиток с молоком и сахаром / Какао с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Салат из свежей моркови на растительном масле / Салат из отварной свеклы на растительном масле / Свежий огурец Рассольник со сметаной на мясном бульоне Котлета мясная Гороховое пюре / Гречка отварная / Картофельное пюре / Рис отварной Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником / Компот из сухофруктов с витамин С / Кисель фруктовый с витамином С / Напиток из свежих яблок/ Сок фруктовый / Чай с сахаром Хлеб пшеничный	Овощное рагу / Картофельное пюре / Тушеная рыба с овощами / Тушеная капуста / Учпучмак с рыбой Хлеб пшеничный Кефир с сахаром / Снежок / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» / Домашняя булочка / Пирожок с повидлом / Рогалик песочный / Самса из мяса (птица / говядина / рыба)
17.04.2024 Среда 5 – ый день	Каша ячневая молочная / Кофейный напиток смолоком и сахаром/ Какао с молоком и сахаром / Чай с сахаром и молоком Батон с маслом / Батон с	Свежий огурец / Салат Соленый огурец / Салат из отварной свеклы Щи со сметаной на мясном бульоне / Суп овощной со сметаной на мясном бульоне Мясные биточки / Мясной гуляш / Картофельный рулет с мясом / Рулет с мясом	Плов овощной / Плов фруктовый / Манные биточки со сгущенным молоком / Омлет / Сырники со сгущенным молоком Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном

	маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	и яйцом Картофельное пюре / Гороховое / перловка Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Вафли / Печенье / Пряник «Северный»
18.04.2024 Четверг 6 – ой день	Каша пшеничная молочная / Каша пшеничная молочная Чайс молоком и сахаром/ Какао с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Салат из отварной свеклы на растительном масле / Свежий огурец / Свежий помидор / Солёный огурец Суп гороховыйна мясном бульоне/ Суп овощной / Суп с клецками Мясные биточки / Зразы с мясом и яйцом / Плов с мясом / Ленивые голубцы Отварные рожки / Картофельное пюре Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп «Полевой» на мясном бульоне / Суп молочный гречневый / Сырники со сгущенным молоком / повидлом / Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком / повидлом Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном Вафли / Печенье / Пряник «Северный» / Конфета / Сдоба «Венская» / Хлеб пшеничный
19.04.2024 Пятница 7 – ой день	Каша пшеничная молочная Какао с молоком и сахаром / Кофейный напиток с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Свежий помидор / Салат / Свежий огурец Суп фасолевый на мясном бульоне / Суп лапша по – домашнему на мясном бульоне / Суп по – «Чешски» Свекольник со сметаной на мясном бульоне Отварные куры Картофельное пюре / Тушеная капуста Бигус с мясом / Мясной гуляш / Мясо птицы порционно / Рыбная котлета / Манты с мясом Компот из сухофруктов с витамином С Хлеб пшеничный	Суп рыбный из рыбных консерв / Суп рыбный из свежей рыбы Хлеб пшеничный Вафли / Конфета / Печенье / Пряник «Северный» Чай с сахаром/ Чай с сахаром и лимоном / Кисель фруктовый с витамином С / Кефир с сахаром Хлеб пшеничный Пирог «Кух» / Пирожок с капустой / Пирожок с картошкой
22.04.2024 Понедельник 8 – ой день	Каша «Дружба» (рисовая + пшеничная крупы) на молоке Какао с молоком и сахаром / Кофейный напиток с молоком и сахаром / Чай с молоком Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Фруктовый сок / Яблоко /	Салат Солёный огурец / Свежий огурец Суп «Харчо» со сметанойна мясном бульоне / Свекольник со сметаной на мясном бульоне Манты с мясом / Пигоди с мясом / Щи со сметаной на мясном бульоне Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Омлет / Овощное рагу / Творожный крем / Суп гречневый молочный / Суп молочный вермишелевый Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном / Кефир с сахаром Пряник «Северный» / Вафли / Печенье Хлеб пшеничный
23.04.2024 Вторник 9 – ый день	Каша геркулесоваямолочная / Каша ячневая молочная Кофейный напиток с молоком и сахаром / Чай с молоком Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Салат / Свежий помидор / Свежий огурец / Солёный огурец Суп гороховый на мясном бульоне / Суп фасолевый на мясном бульоне / Суп с клецками на мясном бульоне Мясной гуляш / Котлета мясная Отварная гречка / Картофельное пюре / Отварной рис / Отварные рожки Соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Суп молочный вермишелевый / Творожно – маная запеканка со сгущенным молоком /повидлом / Отварные рожки с тертым сыром / Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном / Кисель фруктовый с витамином С Банан / Яблоко Пряник «Северный» / Вафли / Печенье / Расстегай с яблоком / повидлом /творогом
24.04.2024 Среда 10 – ый день	Каша пшеничная молочная / Каша пшеничная молочная / манная молочная Какао с молоком и сахаром Батон с маслом / Батон с маслом и сыром / Отварное яйцо 10.00Кефир с сахаром / Банан / Йогурт / Фруктовый сок / Яблоко / Молоко / Абрикос свежий	Салат / Огурец свежий Суп гороховыйна мясном бульоне «Полевой» / Суп гречневый Ленивые голубцы / Плов с мясом / Тефтели мясные / Тушеная рыба с овощами Отварные рожки / Картофельное пюре / Гороховое пюре / Отварной рис соус Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником Хлеб пшеничный	Картофель запеченный с сыром / Отварные рожки / Отварные рожки с тертым сыром / Творожно – манная запеканка со сгущенным молоком/ Икра овощная / кабачковая вареная консервированная Чай с сахаром / Чай с сахаром и лимоном / Кефир с сахаром Пряник «Северный» / Вафли / Печенье / Расстегай с яблоком /творогом/повидлом Банан / Яблоко