



Бекітемін
Директор "Аленка"
бөбекжай-бақшасы " КМҚК
Ставничук И. А
15. 11. 2024г

"Аленка"бөбекжай-бақшасы"КМҚК перспективалы он күндік мәзірі
18.11.24-29.11.24

Күні	Таңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
18.11.24	- Сүт тары ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Алма	Салат - Қаймақ қосылған борщ к / б бұршақ сорпасы к / б -Котлет / , гуляш / қарақұмық / күріш / ет қосылған қуыру .Тұздық -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	Кулеш тары / сорпа күріш сүті / карта.пюре / қырыққабат бұқтырмасы - Кәмпит шайы / шай сүтпен / шай / лимон қосылған шай -Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник/ Кәмпит / "Вена"Кәмпиттері
19.11.24	- Сүт арпа ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май мен ірімшік қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / алма / жеміс шырыны/	-Салат / тұз.қияр-бұршақ сорпасы/бұршақ / кеспе / қырыққабат сорпасы-к/б-ет қосылған Палау/қарақұмық/картоп пюресі/жалқау қырыққабат орамдары/құс еті /мүйіз/вермишель / балық пирогы./ фрикаделькалар. - Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	-Тары / Омлет / вермишель сүт сорпасы / сүзбе кәстрәлі-кәмпит шайы / шай сүт пен қантпен / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай - Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник / Пирог Кәмпит
20.11.24	-Бидай ботқасы/Геркулес сүті -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай / сүт қосылған Какао - Сары май қосылған нан Екінші таңғы ас: Бананблоко/қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны	-Жаңа сәбіз салаты-сорпа "шаруа / Харчо / бұршақ / қызылша-к / б қаймақпен -Ет қосылған Бигус / тауық еті / биточки /картоп пюресі / ет қосылған Палау / мүйіз -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	- Өрмекші сорпа / балық сорпасы -Котлеттер / балық котлеттері/балық көкөністер астында бұқтырылған - Картоп пюресі - Кәмпит шайы / сүт қосылған шай / шай / лимон қосылған шай Вафли / Печенье / Пряник " Солтүстік Кәмпит "
21.11.24	- Жүгері ботқасы / Жарма сүті - - Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай / - Сары май мен ірімшік қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны/	-Салат -Қызылша/қаймақ қосылған борщ к/б / сорпа кеспе-ет орамы / ет қосылған қуыру - Қайнатылған күріш / мүйіз.Тұздық -Желе +С дәрумені / итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	- Бұқтырылған көкөністер / қарақұмық сорпасы к/б / картоп пюресі / балық котлеттері - Кәмпит шайы / шай сүтпен / шай тәтті/ лимон шайы / сноуборд - Ватрушка / токаш /пирог
22.11.24	- Жарма/геркулес ботқасы - Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны	Салат - Тұздық / Солянкасо қаймақпен к / б-ет котлеті / балық котлеттері - Қайнатылған қарақұмық / мүйіз / карта.пюре. - Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	-Геркулес сүт ботқасы / сүзбе кәстрәлі / кулеш тары - Кәмпит шайы / шай сүтпен / шай тәтті/ лимон қосылған шай Вафли / Печенье / Пряник " Солтүстік Кәмпит - "Кух"Пирогы
25.11.24	- Сүт арпа ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май	Салат - Үй кеспесі к/б / Борщ/қызылша /Харчо-на к / б -Ет Биточки / Гуляш / балық котлеті /	- Көкөніс уылдырығы - Ірімшік/жұмыртқа қосылған қайнатылған конустар

	мен ірімшік қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма / қант қосылған айран/ "Қарлы кесек" / жеміс шырыны	картоп пюресі / қарақұмық / күріш Мүйіздер .Тұздық -Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	Омлет/Палау / сүзбе кәстрөлі - Кәмпит шайы / сүт қосылған шай / тәтті шай / желе лимон қосылған тәтті шай -Вафли / Печенье / Пряник / "Солтүстік" кәмпит / үй тоқаш
26.11.24	"Достық" ботқасы / сүт жармасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма // жеміс шырыны	-Салат К/б /қарақұмық сорпасы/шаруа/чех тілінде - к/б үшін қаймақ қосылған сорпа -Ет Зразы / етпен қуыру / котлета / карталар.орам / күріш / мүйіз/ картоп пюресі .Тұздық - Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	-Қарақұмық сорпасы/вермишель-сүт / балық сорпасы / омлет сүзбе-Жарма кәстрөлі - Кәмпит шайы / сүт қосылған шай / тәтті шай / лимон қосылған шай / желе / айран -Вафли/печенье / "Солтүстік" Пряник / кәмпит/ірімшік
27.11.24	- "Артек" сүт ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май мен ірімшік қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма // жеміс шырыны/	-Салат - Көкөніс сорпасы /қырыққабат сорпасы / бұршақ сорпасы-қаймақ қосылған к / б / сорпа кеспе к / б - Ет қосылған үйдегі қуыру / Манта / құс еті/ қарақұмық - Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	- Балық сорпасы / көкөніс / жеміс палауы - Кәмпит шайы/сүт және қант шайы / тәтті шай/ лимон қосылған тәтті шай -Вафли/Печенье /Пряник / "Солтүстік" Пряник Тоқаш / Кәмпит - Қырыққабат пирогы / бәліш картоп
28.11.24	-Тары /жарма/ геркулес ботқасы-сүт -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Йогурт / алма // жеміс шырыны	- Салат - Қаймақ қосылған қызылша к/б/ дала сорпасы/бұршақ-к/б- Манта/бұршақ пюресі/карта. пюре / котлет/гуляш / ет жұма.үлестірілген / күріш - Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты -Бидай наны	- Омлет/көкөніс бұқтырмасы/қарақұмық сорпасы к/б / Кар.пюре / балық Суфле / ірімшік конусы / Палау - Кәмпит шайы / шай сүтпен / шай тәтті/ лимон шай / желе - Вафли/Печенье / "Солтүстік" Пряник / Кәмпит
29.11.24	- Вермишель сүт сорпасы / жарма ботқасы -Сүт қосылған кофе сусыны / сүт қосылған шай Тары /жарма ботқасы - Сары май мен ірімшік қосылған нан Екінші таңғы ас: Банан / Алма / Шырын	- Қаймақ қосылған салат / бұршақ сорпасы / шаруа / әже сорпасы / қарақұмық / харчо --К / В - Гуляш /ет қосылған Бигус/м / г Палау - Мүйіз/картоп пюресі/ қарақұмық / үйде қуырылған Желе +С дәрумені / С дәрумені мен итмұрын қосылған Кептірілген жеміс компоты-бидай наны	Жарма ботқасы / күріш сүті / Омлет / Палау / көкөніс бұқтырмасы / тары Кулеш Кәмпит шайы / сүт шайы / шай / лимон қосылған тәтті шай. Вафли/Печенье / Солтүстік Пряник. Джем / алма түймелерін ашыңыз./Ватрушка / Сдоба Вена

Утверждаю
 Директор
 КГКП "Ясли-сад "Аленка"
 Ставничук И.А.



15.11. 2024г.

Перспективное десятидневное меню осень-зима КГКП «Ясли-сад» «Аленка»
 18.11.24-29.11.24

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
18.11.24 1 день	-Каша пшеничная молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом Второй завтрак: Банан/ Яблоко	Салат -Борщ со сметаной на к/б Суп гороховый на к/б -Котлета / ,гуляш / гречка/рис/ жаркое с мясом .Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	Кулеш пшеничный/суп рисовый молочный/карт.пюре/тушеная капуста -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай / чай с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник Северный/ Конфета/Сдоба «Венская»
19.11.24 2 день	-Каша ячневая молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом и сыром Второй завтрак: Банан /Яблоко/ Сок фруктовый/	-Салат /сол.огурец -Суп фасольный/гороховый/лапша /щи - на к/б -Плов с мясом/гречка/картофельное пюре/голубцы ленивые/мясо птицы порционно/рожки /вермишель/котлета рыб./тефтели. -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный /Омлет /суп вермишелевый молочный/ творожная запеканка -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник Северный/Пирожок Конфета
20.11.24 3 день	-Каша пшеничная/геркулесовая молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком / Какао с молоком -Батон с маслом Второй завтрак: Банан/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый	-Салат из свежей моркови -Суп «Крестьянский/Харчо/фасольный/ свекольник -со сметаной на к/б -Бигус с мясом /Курица порционно/биточки /картофельное пюре/плов с мясом/рожки -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	- Суп Паутинка/суп рыбный -Тефтели/котлеты рыбные/Рыба тушеная под овощами -Картофельное пюре -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай /чай с лимоном Вафли/Печенье/Пряник«Северный Конфета
21.11.24 4 день	-Каша кукурузная/манная молочная - Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком / -Батон с маслом и сыром Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый/	-Салат -Свекольник/Борщ со сметаной на к/б/Суп лапша -Руллет мясной /Жаркое с мясом -Отварной рис/рожки.Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	-Овощи тушёные/Суп гречневый, на к/б/картофельное пюре/тефтели рыбные -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай сладкий/ чай с лимоном/снежок -Ватрушка /булочка /пирожок
22.11.24 5 день	- Каша манная/геркулесовая -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом Второй завтрак: Банан/Яблоко/Кефир с сахаром/	-Салат -Рассольник/Солянка со сметаной на к/б -Котлета мясная/рыбная Тефтели -Отварная гречка/рожки/карт.пюре. -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и	-Каша геркулесовая молочная/творожная запеканка/кулеш пшеничный -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай сладкий/ чай с лимоном

	«Снежок»/Сок фруктовый	шиповником -Хлеб пшеничный	Вафли/Печенье/Пряник«Северный Конфета-Пирог «Кух»
25.11.24 6день	-Каша молочная ячневая -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом и сыром Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/Кефир с сахаром/ «Снежок»/Сок фруктовый	-Салат -Лапша домашняя на к/б / Борщ/Свекольник /Харчо - на к/б -Биточки мясные/Гуляш / котлета рыбная /Картофельное пюре/ гречка/рис Рожки .Соус -Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Икра овощная -Отварные рожки с сыром/яйцом Омлет/плов / творожная запеканка -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай сладкий/Кисель чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник/Конфета «Северный» / Домашняя булочка
26.11.24 7день	-Каша «Дружба» /манная молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый	-Салат -Щи со сметаной на к/б /Суп гречневый/крестьянский/по Чешски- на к/б -Зразы мясные /жаркое с мясом/ котлета/карт.рулет/рис/рожки/картофельное пюре .Соус - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп гречневый/вермишелевый - молочный/ суп рыбный/омлет Творожно – манная запеканка -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай сладкий/чай с лимоном/кисель /кефир -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета/ватрушка
27.11.24 8день	-Каша «Артек» молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом и сыром Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый/	-Салат -Суп овощной /Щи / фасолевый - со сметаной на к/б / Суп лапша на к/б -Домашнее жаркое с мясом /Манты/мясо птицы порционно/ Гречка - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Суп рыбный /Плов овощной / фруктовый -Чай с конфетой/Чай с молоком и сахаром/Чай сладкий/ чай сладкий с лимоном -Вафли/Печенье/Пряник /Булочка Пряник «Северный»/Конфета -Пирожок с капустой/Пирожок с картошкой
28.11.24 9день	-Каша пшенная /манная/ геркулесовая - молочная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком -Батон с маслом Второй завтрак: Банан/Йогурт/Яблоко/ /Сок фруктовый	- Салат -Свекольник со сметаной на к/б/ Суп Полевой/гороховый - на к/б -Манты/гороховое пюре/карт. пюре/ котлета/гуляш / мясо пт.порционно/рис - Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	-Омлет/ Овощное рагу/Суп гречневый на к/б/Кар.пюре /Суфле рыбное/Рожки с сыром/Плов -Чай с конфетой/Чай с молоком /Чай сладкий/ чай с лимоном /кисель -Вафли/Печенье/Пряник «Северный»/Конфета
29.11.24 10день	-Суп вермишелевый молочный / Каша манная -Кофейный напиток с молоком / Чай с молоком Каша пшенная /манная -Батон с маслом и сыром Второй завтрак: Банан /Яблоко/ Сок	-Салат -Щи со сметаной /Суп гороховый / крестьянский /Бабушкин суп / гречневый/Харчо --на к/б -Гуляш /Бигус с мясом/Плов с м/г - Рожки/Картофельное пюре/ гречка/Жаркое по домашнему Кисель +витамин С / Компот из сухофруктов с витамином С и шиповником -Хлеб пшеничный	Каша ма́нная/рисовая молочная/Омлет / Плов / Овощное рагу/ Кулеш пшенный Чай с конфетой/Чай с молоком/Чай/Чай сладкий с лимоном. Вафля/Печенье/Пряник Северный. Расстегай с повидлом/яблоком./Ватрушка /Сдоба Венская