



**"Аленка" балабақшасына арналған
он күндік перспективалы мәзір
10.10.25-23.10.25**

Күні	Тыңғы ас	Түскі ас	Кешкі ас
10.10.25 1-ші күн Жұма	- Сүт қосылған жарма ботқасы - Сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан 10.00 Жеміс	- Жаңа піскен қияр - Қаймақ қосылған банкадағы борщ - Ет котлеті (50% ет, 50% ет) - Күріш тұздығы - Кептірілген жеміс компоты - Бидай наны	-Сүт күлеше -Шай -Вафли
13.10.25 2-ші күн Дүйсенбі	- Сүт қосылған жүгері ботқасы - Сүт қосылған кофе - Сары май қосылған нан 10.00 Жеміс	-Сәбіз салаты -Пластик пакетке салынған қаймақ қосылған бұршақ сорпасы -Сиыр етінен жасалған палау -Кисель -Бидай наны	- Сүт кеспе сорпасы - Тәтті шай - Печенье
14.10.25 3-ші күн Сейсенбі	- Сүт қосылған сұлы ботқасы - Сүт қосылған шай - Сары май, ірімшік қосылған нан 10.00 Жеміс	Қызылша салаттары - Қаймақ қосылған шаруа сорпасы - Тауық мүйіздерінің порциялары - Итмұрын қосылған кептірілген жеміс компоттары- Бидай нана	- Қоюландырылған сүт қосылған сүзбе және жарма қосылған кастрюль - Тәтті шай
15.10.25 4-ші күн Сәрсенбі	- Сүт қосылған арпа ботқасы - Сүт қосылған кофе - Сары май және ірімшік қосылған нан 10.00 Жеміс	- Жаңа қырыққабат және жасыл бұршақ салаты - Майсыз плитада қаймақ қосылған Рассольник - Қуырылған құс еті - Итмұрын қосылған жаңа ұнтақталған компот - Бидай наны	- Джем қосылған бәліш - Сүт қосылған тәтті шай
16.10.25 5-ші күн Бейсенбі	- Жарма ботқасы - Сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан - Жарты жұмыртқа 10.00 Жеміс	Жаңа піскен қияр - Консервідегі бұршақ сорпасы - Балық котлеті - Күріш - Тұздық - Жаңа ұнтақталған кара бұрыш және итмұрын компоты - Бидай наны	Тары күлеше - Тәтті сүтті шай - Печенье
17.10.25 6-шы күн Жұма	- Сүт қосылған күріш ботқасы - Сүт қосылған шай - Сары май қосылған нан 10.00 Снежок	- Жаңа піскен қияр - Қаймақ қосылған банкадағы қызылша сорпасы - Қарақұмық - Сиыр етінен жасалған гуляш - Жаңа піскен сиыр етінен жасалған компот - Бидай наны	-Ірімшік қосылған қайнатылған мүйіздер -Сүт қосылған шай
20.10.25 7-ші күн Дүйсенбі	- «Дружба» сүтті ботқасы - Сүт қосылған кофе - Сары май қосылған нан 10.00 Жеміс	- Витаминді салат - Блоктағы чех қаймақ сорпасы - Сиыр етінен жасалған палау Кисель - Бидай наны	- Сүт кеспе сорпасы - Тәтті шай - Печенье
21.10.25 8-ші күн Сейсенбі	-Артек сүтті ботқасы -Сүт қосылған шай -Сары май қосылған нан	Қайнатылған қызылша салаты - Қырыққабат сорпасы - Құс еті қосылған картоп орамасы Кептірілген жемістер мен итмұрын компоты- Бидай наны	- Қоюландырылған сүт қосылған сүзбе және жарма қосылған кастрюль - Тәтті шай
22.10.25 9-шы күн Сәрсенбі	- Сүт қосылған тары ботқасы - Сүт қосылған кофе - Сары май қосылған нан, 1/2 жұмыртқа	- Қоян салаты - Банкадағы дала сорпасы Мүйіздер. Тұздық. Котлет 50/50 - Кептірілген жеміс компоты - Бидай наны	Көкөніс палауы - Кисель
23.10.25 10-шы күн Бейсенбі	- Жарма сүтінен жасалған ботқа - Сүт қосылған кофе - Сары май қосылған нан 10.00 Жеміс	- Жалпақ табақтағы Харчо сорпасы - Ет/сиыр еті қосылған Бигус - Картоп пюреі Кептірілген жемістер мен итмұрын компоты -Бидай наны	Тосап қосылған Растегай Сүт қосылған шай

Перспективное двухнедельное меню
10.10.25-23.10.25

Дата	Завтрак	Обед	Ужин
10.10.25 1 день пятница	-Каша манная молочная -Чай с молоком -Батон с маслом 10.00 Фрукты	- Свежий огурец -Борщ со сметаной на к/б -Котлета мясная(50%м/п, 50% м/г) -Рис.Соус- Компот из сухофруктов -Хлеб пшеничный	-Кулеш молочный -Чай - Вафля
13.10.25 2 день понед	-Каша кукурузная мол. -Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом 10.00 Фрукты	-Салат морковный -Суп фасолевый со сметаной на к/б -Плов с мясом говядины -Кисель -Хлеб пшеничный	-Суп вермишелевый молочный -Чай сладкий - Печенье
14.10.25 3 день вторник	-Каша геркулесовая молочная -Чай с молоком -Батон с маслом, сыр 10.00 Фрукты	Салат свекольный -Суп «Крестьянский» со сметаной на к/б – рожки Куры порционные - Компот из сухофруктов с шиповником -Хлеб пшеничный	- Творожно манная запеканка со сгущенкой - Чай сладкий
15.10.25 4 день среда	-Каша ячневая молочная - Кофе. напиток с молоком -Батон с маслом сыр 10.00 Фрукты	-Салат из свежей капусты и зел.горошка - Рассольник со сметаной на к/б - Жаркое с мясом птицы - Компот с/ф + шиповником -Хлеб пшеничный	- Пирожок с повидлом - чай с молоком сладкий
16.10.25 5 день четверг	- Каша манная - Чай с молоком -Батон с маслом- Яйцо 1/2 10.00 Фрукты	- Свежий огурец - Суп гороховый на к/б -Котлета рыбная - Рис – Соус - Компот с/ф и шиповником -Хлеб пшеничный	-Кулеш пшеничный - Чай с молоком сладкий - Печенье
17.10.25 6 день пятница	-Каша рисовая молочная - Чай с молоком -Батон с маслом 10.00 Снежок	- Свежий огурец - Свекольник на к/б / со сметаной -Гречка - Гуляш с мясом говядины - Компот из с/ ф -Хлеб пшеничный	-Отварные рожки с сыром - Чай с молоком
20.10.25 7 день понед	-Каша «Дружба» молочная - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом 10.00 Фрукты	-Салат витаминный - Суп по Чешски со сметаной на к/б / -Плов с мясo говядины Кисель -Хлеб пшеничный	-Суп вермишелевый молочный - Чай сладкий - Печенье
21.10.25 8 день вторник	-Каша Артек молочная - Чай с молоком -Батон с маслом сыр	-Салат из отварной свеклы - Щи на к/б - Рулет картофельный с мясом птицы Компот из сухофруктов и шиповником -Хлеб пшеничный	- Творожно манная запеканка со сгущенкой - Чай сладкий
22.10.25 9 день среда	-Каша пшенная молочная - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом, яйцо 1/2	-Салат Зайчик -Суп Полевой на к/б Рожки .Соус. Котлета 50/50 - Компот из сухофруктов -Хлеб пшеничный	- Плов овощной - Кисель
23.10.25 10 день четверг	- Каша манная молочная - Кофейный напиток с молоком -Батон с маслом 10.00 Фрукты	- Суп Харчо на к/б - Бигус с мясом /гов - Картофельное пюре Компот из сухофруктов и шиповником -Хлеб пшеничный	Расстегай с повидлом Чай с молоком