



БЕКІТЕМІН
«Ақ қайын» бөбекжайы»
МККК меңгерушісі
Аманжол К.Абдраманова

**2021-2022 жылдың күз-қыс мезгіліндегі 1-3 жас аралығындағы балаларға арналған
перспективалық он күндік ас мәзірі**

Апта күндері	Таңғы ас	2-ші таңғы ас	Түскі ас	Бесіндік ас
Дүйсенбі	Сүтпен сұлы ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй жұмыртқа 0,5	Алма шырыны күлшенан	Арпа сорпа Вермишель бұқтырылған сиыр етімен бұға піскен асқабақ кисель+Вит С, бидай наны	шәй, бидай наны сүтпен жарма сорпа
Сейсенбі	Сүтпен қарақұмық ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Шие шырыны күлшенан	Сүйек сорпа машинен Қазақша ет "Күзгі" салат Кисель+Вит С, бидай наны	Сүтпен тәтті шәй Нан ірімшікпен Алма
Сәрсенбі	Сүтпен манка ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Өрік шырыны Алма, күлшенан	Кеспе көже тауық етімен Бұқтырылған сиыр етімен бұға піскен қарақұмық ботқа Қызылша салаты алма қосылған Компот+Вит С, бидай наны	Шәй шекермен, бидай наны Сүтпен күріш сорпа
Бейсенбі	Сүтпен жарма ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Мультивитамин шырыны күлшенан	Бориц Бұқтырылған сиыр етімен бұға піскен күріш Қайнатылған сәбіз езбесі Компот+Вит С, бидай наны	Шәй шекермен, бидай наны Сүтпен геркулес сорпа
Жұма	Сүтпен жүгері ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Алма шырыны күлшенан	Жасымық сорпа Бұқтырма Қызылша салаты алма қосылған Кисель+Вит С, бидай наны	Сүтпен какао шекермен Ватрушки сүзбемен
Дүйсенбі	Сүтпен сұлы ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Шие шырыны күлшенан	Рассольник (арпа сорпасы) Вермишель бұқтырылған сиыр етімен Қырыққабат, сәбіз салаты пісте май қосылған Кисель+Вит С, бидай наны	Шәй, бидай наны Сүтпен бидай жарма сорпа
Сейсенбі	Сүтпен қарақұмық ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Өрік шырыны Банан, күлшенан	Сүйек сорпа машинен Манты асқабақ пен ет қосылған "Күзгі" салат Кисель+Вит С, бидай наны	Сүтпен тәтті шәй Нан мен ірімшік Алма
Сәрсенбі	Сүтпен манка ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Мультивитамин шырыны күлшенан	Бориц Бұқтырылған сиыр етімен бұға піскен күріш Қайнатылған сәбіз Компот+Вит С, бидай наны	Шәй, бидай наны Сүтпен тары сорпа
Бейсенбі	Сүтпен жарма ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Алма шырыны күлшенан	Ноқат сорпа Картоп езбесі комплетпен Қызылша салаты алма қосылған Компот+Вит С, бидай наны	Шәй, бидай наны Сүтпен тары сорпа
Жұма	Сүтпен күріш ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй Піскен жұмыртқа	Шие шырыны күлшенан	Балық сорпа Қайнатылған вермишель етпен Венегрет салаты Лимонмен шәй, бидай наны	Сүтпен какао шекермен Тәтті тоқаш сүзбемен

Дайындаған: мейірбике

Қ.Нұржанова



БЕКІТЕМІН
«Ақ қайын» бөбекжайы»
МКҚК меңгерушісі
Аманжол К.Абдраманова

**2021-2022 жылдың күз-қыс мезгіліндегі 3-6 жас аралығындағы балаларға арналған
перспективалық он күндік ас мәзірі**

Апта күндері	Таңғы ас	2-ші таңғы ас	Түскі ас	Бесіндік ас
Дүйсенбі	Сүтпен сұлы ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй Жұмыртқа 1 шт	Алма шырыны Күлшенан	Арпа сорпа Вермишель тұздықпен Қырыққабат,сәбіз салаты пісте май қосылған Кисель+Вит С ,бидай наны	Шәй,бидай наны Сүтпен жарма сорпа
Сейсенбі	Сүтпен қарақұмық ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Шие шырыны күлшенан	Сүйек сорпамашпен Қазақша ет/Манты "Күзгі " салат Кисель+Вит С ,бидай наны	Шәй,бидай наны Нан ірімшікпен Алма
Сәрсенбі	Сүтпен манка ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Өрік шырыны Алма, күлшенан	Макарон сорпа сиыр етімен Қайнатылған қарақұмық тұздықпен Сәбіз салаты редька қосылған Компот+Вит С,бидай наны	Шәй,бидай наны Сүтпен күріш сорпа
Бейсенбі	Сүтпен жарма ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Мультивитамин шырыны Күлшенан	Борщ Палау Қырыққабат,сәбіз салаты пісте май қосылған Компот+Вит С,бидай наны	Шәй,бидай наны Сүтпен геркулес сорпа
Жұма	Сүтпен тары ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Алма шырыны күлшенан	Ноқат сорпа Бұқтырма Қызылша салаты алма қосылған Кисель+Вит С ,бидай наны	Сүтпен какао,бидай наны Ватрушки сүзбемен
Дүйсенбі	Сүтпен сұлы ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Шие шырыны күлшенан	Рассольник (арпа сорпасы) Вермишель тұздықпен қырыққабат,сәбіз салаты пісте май қосылған	шәй,бидай наны сүтпен жарма сорпа
Сейсенбі	Сүтпен қарақұмық ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Өрік шырыны Алма, күлшенан	кисель+Вит С ,бидай наны Сүйек сорпамашпен Тұшпара/Голубцы "Күзгі " салат	Сүтпен тәтті шәй Нан мен ірімшік Банан
Сәрсенбі	Сүтпен манка ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Мультивитамин Шырыны, күлшенан	Кисель+Вит С ,бидай наны Макарон сорпа сиыр етімен Қайнатылған қарақұмық тұздықпен Сәбіз салаты редька қосылған Компот+Вит С,бидай наны	Шәй,бидай наны Сүтпен геркулес сорпа
Бейсенбі	Сүтпен тары ботқа Бидай наны сарымаймен Сүтпен тәтті шәй	Алма шырыны күлшенан	Борщ картоп еzbесі макарон котлетпен қызылша салаты пістемей қосылған Компот+Вит С,бидай наны	Шәй,бидай наны Сүтпен қарақұмық сорпа
Жұма	Бидай наны сарымаймен Сүтпен үш дәнді ботқа Сүтпен тәтті шәй Піскен жұмыртқа	Шие шырыны күлшенан	Балық сорпа Палау Қырыққабат,сәбіз салаты қосылған Лимонмен шәй,бидай наны	Сүтпен какао Бидай наны Тәтті тоқаш

Дайындаған: мейірбике

Қ.Нұржанова