

2022 ж. 11. шілдеден

Бекітемін:

№6 мектепке дейінгі гимназиясының басшысы

Л.М.Қожабаева



Оң күндік жаз – күзгі ас мәзірі



	1 день	2 день	3 день	4 день
Т а ң ғ ы а с	Сүтке пісірілген бидай жармасы Бутерброд маймен, сүзбемен Шашыратқы сүтпен Сәби: алма	Сүтке пісірілген тары көжесі Бутерброд маймен Какао сусыны сүтпен Сәби: алма	Сүтке пісірілген вермишель көжесі Бутерброд маймен, сүзбемен Тәтті шәй Сәби: алма	Сүтке пісірілген қарақұмық жармасы Бутерброд маймен Какао сусыны сүтпен Алма
Т ү с к і а с	Қара, бидай наны «Дәрумен» салаты «Қызылша» с/сқаймақпен. сорпасы Палау тауық етімен Вит С + жас жемістерден қосылған тосап	Қара, бидай наны «Қиярмен қызанақ » салаты «Рассольник» сорпасы/с со қаймақпен Котлет соуыспен, картоп езбесі Жеміс –жидек киселі	Қара, бидай наны Бұршақ көжесі м/к Жалқау голубцы етпен Кептірілген жемістерден тосап	Қара, бидай наны «Қияр» салаты пияз қосылған «Борщ» көжесі м/к қаймақпен Биточки соуыспен, қарақұмық тұнбасы Жеміс –жидек киселі
б е с і н а с	Ряженка, печенье	Айран, печенье	Ряженка, тоқаш сәбізбен	Қайнатылған сүт, печенье
к е ш к і а с	Балық қатлеті соуыспен Бықтырылған көкөністер Лимон қосылған шәй Қара бидай наны	Ірімшік қаттамасы соуыспен Қайнатылған сүт Қара бидай наны	Сүтке пісірілген ұнтақ жармасы Сәби: шашыратқы сүтпен Бақша: тәтті шәй Қара бидай наны	Ірімшік пісірмесі сәбізбен, соуыспен Сәби: Шәй сүтпен Бақша: тәтті шәй Қара, бидай наны

	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
З А В Т Р А К	Каша молочная пшеничная Бутерброд с маслом Чай сладкий Ясли: яблоко	Каша манная молочная Бутерброд с маслом с сыром Какао напиток на молоке Ясли: яблоко	Суп рисовый молочный Бутерброд с маслом Цикорий с молоком Ясли: яблоко	Каша молочная геркулесовая Бутерброд с маслом с сыром Какао с молоком сок	Каша молочная ячневая Бутерброд с маслом Чай с молоком Ясли: яблоко
О Б Е Д	Хлеб пшеничный, ржаной Суп харчо на м/к/б Бигус с мясом куриным Компот из сухофруктов	Хлеб пшеничный, ржаной Салат из свежих помидоров Суп с макаронными изделиями Котлета картофельное пюре Компот из свежих фруктов	Хлеб пшеничный, ржаной Салат свекольный Клецки на к/б Овощное рагу с мясом Кисель плодово-ягодный	Хлеб пшеничный, ржаной Суп гречневый Биточки сложенный гарнир: тушенная капуста, рис отварной Компот из сухофруктов	Хлеб пшеничный, ржаной Салат из свежих огурцов с луком Борщ с фасолью Жаркое по домашнему Компот из свежих фруктов
П О Л Д Н И К	Ряженка, булочка	Кефир, печенье	Молоко кипяченое, печенье	Ряженка, печенье	Кефир, пирожки с яблоком
У Ж И Н	Омлет с картофелем Молоко кипяченое Хлеб пшеничный, ржаной	Каша кукурузная молочная Ясли: чай с молоком Сад: Чай сладкий	Суп с рыбными фрикадельками Ясли: чай с молоком Сад: чай с лимоном Хлеб пшеничный, ржаной	Пудинг творожный с соусом Ясли: Цикорий с молоком Сад: Чай сладкий Хлеб пшеничный, ржаной	Суп пшеничный Ясли: Какао с молоком Сад: чай сладкий Хлеб пшеничный, ржаной

