



Бекітемін

№8 бөбөкжайы

КМҚК директоры

З.К. Берсугурова

2023 жылғы жазғы-күзгі кезеңге перспективалық мәзір
01.06.2023ж. бастап 30.11.2023ж. дейін

№ п/п	1-таңғы ас	2-таңғы ас	Түскі ас	Бесін ас	Кешкі ас
1 күн	1.Май және қант қосылып сүтке піскен бес дақыл боткасы. 2.Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. Зайчиксалаты өсімдік майымен. 2. Тауық сорпасына піскен каймақпен «Рассольник» салмасы. 3.Тауық етінен гуляш, лагман. 4.Жеміс-жидектер киселі. 5.Бидай және қара бидай наны	Сүт печенье.	1.Сүзбе және қойылтылған сүті бар вареник. 2. Лимонмен шай. 3 Нан
2 күн	1.Қант, сары май қосылғансүттегіарп аботкасы. 2.Қант қосылғансүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон	Жемістер	1. Қызылша салаты өсімдік майымен. 2.Ет/сүйек сорпасынан щи каймақпен. 3.Етпен үй жаркоесы. 4.Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Йогурт, токаш	1.Ірімшікпен лапшевник. 2. Сүтпен шай, кәмпіт. 3.Нан.
3 күн	1.Қант, сары май қосылғансүттегікул еш. 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Жемістер	1. «Кузнечик»салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Вермишелевый» салмасы каймақпен. 3.Еріншек орамалар. 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Компот, Үй бәліші.	1.Қант қосылған сары май қосылғансүттегікүріш боткасы 2.Қантпен шай 3 Нан
4 күн	1.Қант, сары май қосылғансүттегіжүгері боткасы. 2.Қант қосылғансүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон	Жемістер	1.Қызанақтан жасалған салат өсімдік майымен 2.Ет/сүйек сорпасынан бұршак салмасы каймақпен. 3.Балықтан жасалған биточиктер, картоп езбесі 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Ряженка. Печенье.	1. Қаракұмық, ет қосылған тұздық. 2.Қант қосылған шай. 3 Нан
5 күн	1.Сүтке піскен вершмелль салмасы. 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. «Витаминный» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан туралған жұмыртқа мен жасыл бұршак салмасы каймақпен. 3.Татарша азу, пісірілген полтавка. 4. Кисель 5.Бидай және қара бидай наны.	Молоко, Қантпен токаш	1Картоп қосылған омлет. 2. Сүтпен шай. 3.Нан.

6 күн	1.Қантқосылғансары май қосылғансүттегіұнтақ ботқасы. 2.Қант қосылғансүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон	Табиғи шырын	1. Чиполино салаты өсімдік майымен. 2. Тауық сорпасына піскен қаймақпен «Шахтерский» салмасы. 3.Еттен палау. 4. Жеміс-жидектер киселі. 5.Бидай және кара бидай наны	Сүт вафли.	1.Сүзбеден корольдік піспе. 2. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 3.Нан
7 күн	1. Сүтке піскен, қант қосылған полтавка ботқасы 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Жемістер	1.Қызанақтан жасалған салат өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Полевой» салмасы қаймақпен 3.Суфле, картоп езбесі 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және кара бидай наны.	Йогурт печенье	1.Ірімшікпен макарон. 2. Сүтпен шай. 3.Нан
8 күн	1.Сүтке піскен табиғи омлет 2.Қантқосылғансүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон .	Жемістер	1. «Витамин» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Борщ сибирский» салмасы қаймақпен. 3.Қарақұмықпен бефстроган. 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және кара бидай наны.	Айран Джеммен ватрушка	1.Сары май, қант қосылған сүттегі Дружба ботқасы. 2. Сүтпен шай, кәмпіт. 3.Нан.
9 күн	1. Сүтке піскен, қант қосылған күріш ботқасы 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон	Жемістер	1.Қиярдан жасалған салат өсімдік майымен. 2.Картоп-балық сорпасы. 3.Чехохбили макаронмен 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және кара бидай наны.	Айран Токаш.	1.Көкөністерден рагу. 2.Лимонмен шай. 3.Нан.
10 күн	1.Қант, сары май қосылғансүттегігеркулес ботқасы. 2.Қант қосылғансүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1.Сарымсақпен «Рыжик» салаты өсімдік майымен. 2.Ет/сүйек сорпасынан қаймақпен қызылша сорпасы. 3. Бұршақпен ет биточкалары. 4. Жеміс-жидектер киселі. 5.Бидай және кара бидай наны.	Сүт печенье.	1.Картоппен және сары маймен варениктер. 2. Сүтпен шай. 3.Нан