



Бекіткен
«Балдырған» бөбекжай-бақшасының
мен. ағартушысы Т. Сванкулова
« 11 » 2024ж

МККК «Балдырған» бөбекжай-бақшасының көктем
мезгіліне арналған перспективті ас мәзірі
2023-2024 жыл

Жетісу ауылы

I-АПТА

	Бірінші күн	Тағам мөлшері	Екінші күн	Тағам мөлшері	Үшінші күн	Тағам мөлшері
	Тағамның түрі	1 балаға	Тағамның түрі	1 балаға	Тағамның түрі	1 балаға
Таңғы ас	Сүтке піскен манка ботқасы	200	Сүтке піскен күріш ботқасы	200	Сүтке піскен геркулес ботқасы	200
	Нан маймен сырмен	40/10/ 10	Нан маймен	40/10	Қара нан маймен	40/10
	Сүт қосылған тәтті шай	180	Сүт қосылған тәтті шай	180	Сүт қосылған тәтті какао	180
Түскі ас	Тұздалған қырыққабат, салаты өсімдік майы қосылған	60	Сәбіз салаты өсімдік майы қосылған	60	Винегрет салаты өсімдік майы қосылған	60
	Сүйек сорпасына піскен кеспе көже	200	Сүйек сорпасына піскен бұшақ көже	200	Сүйек сорпасына піскен борщ қаймақпен	200/15
	Қарақұмық ет тұздығымен	130/80	Тұшпара	200	Рожки ет тұздығымен	130/80
Бесін ас	Нан	70	Нан	70	Нан	70
	Кисель витаминделген	200/60мл	Компот витаминделген	200/60мл	Кисель витаминделген	200
	Сүт	200	Тәтті айран	200	Сүт	180
Тәтті ірімшік қаймақпен	Печенье	60	Пириник	60	Рогалик	70
	Тәтті ірімшік қаймақпен	60			Алма	150

	Төртінші күн	Тағам мөлшері	Бесінші күн	шығымы
	Тағамның түрі	I балаға	Тағамның түрі	I балаға
Таңғы ас	Сүтке піскен вермишель, көжесі	200	Сүтке піскен тары ботқасы	200
	Нан маймен, сырмен	40/10/5	Нан маймен	40/10
	Сүт қосылған татті шөй	180	Сүт қосылған татті шөй	180
Түскі ас	Өсімдік майы қосылған қырықшабат, сабыз салаты	60	Өсімдік майы қосылған қызылша салаты	60
	Баулық сорпасы	200	Сүйек сорпасына піскен күріш көже	200
	Палау	200	Котлет картон еzbесімен	130/80
	Нан	70	Нан	70
Бесін ас	Компот витаминделген	200	Кисель витаминделген	200
	Айран	200	Сүт	200
	Коржик	70	Ватрушки	70
			Алма	150

	Алтынчы күн	1 баа нормасы	Жетинчи күн	1 баа нормасы	Сеттинчи күн	1 баа нормасы
Татты ас	Сүтке піскен манка боткасы	200	Сүтке піскен күрүш боткасы	200	Сүтке піскен геркулес боткасы	200
	Нан маймен сирмен	40/10/10	Нан маймен	40/10	Кара нан маймен	40/10
	Сүтті татты шай	180	Сүтті татты шай	180	Сүтті татты шай	180
Түскі ас	Түзүлгөн кырыккабар салатыосімдік майы косылган	60	Сөбү салаты осімдік майы косылган	60	Кырыккабитсөбү салаты осімдік майымен	60
	Сүлөк сорпасына піскен рожки розж	200	Сүлөк сорпасына піскен ши каймакпен	200/15	Сүлөк сорпасына піскен расольник каймакпен	200/15
	Күрүш ет тузатымен	130/80	Орманын	200	Гербел рожки тузатымен	130/80
	Нан	60	Нан	60	Нан	60
	Кисель витаминделген	200/60	Компот витаминделген	200/60	Кисель витаминделген	180/60
Беш ас	Сүт	180	Айран	200/10	Сүт	180
	Татты ірімшік каймакпен	60/5	Пряник	60	Пирог	70
	Токаш	70			Алма	150

	Тотызыншы күн	Тағам мөлшері	Онғыншы күн	Тағам мөлшері
Танты ас	Тағамның түрі	1 балаға	Тағамның түрі	1 балаға
	Сүтке піскен вермишель көже	200	Сүтке піскен тары ботқасы	200
	Нан маймен, сырмен	40/10/5	Нан маймен	40/10
	Сүт қосылған тәтті шай	180	Сүт қосылған тәтті шай	180
Түскі ас	Әсімдік майы қосылған винегрет салаты	60	Қызылша салаты әсімдік маймен	60
	Балық сорпасы	200	Сүйек сорпасына піскен бұршақ көже	200
	Палау	200	Манты	200
	Нан	70	Нан	70
Бесін ас	Компот витаминделген	200/60мл	Кисель витаминделген	200/60мл
	Сүт	200	Айран	200
	Плюшки	70	Вафли	60
	Тәтті ірімшік қаймақпен	60/5		