



Бекітемін _____
«Айкүн» балалар бақшасының
менгерушісі: С.Ж. Қыдырманова

**«Айкүн» балалар бақшасының 2024 жылғы
Жаз мезгіліне арналған перспективті ас мәзірі**

1 апта

	Дүйсенбі	Шы- ғымы	Сейсенбі	Шы- ғымы	Сәрсенбі	Шы- ғымы	Бейсенбі	Шы- ғымы	Жұма	Шы- ғымы
Таңғы ас	Сүтке піскен манка ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10/ 8 180	Сүтке піскен күріш ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10 180	Сүтке піскен геркулес ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10/8 180	Сүтке піскен тары ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10 180	Сүтке піскен вермишель ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10 /8 180
Түскі ас	Өсімдік майы қосылған қызылша салаты Сүйек сорпасына піскен қол кеспе көже Көкөніс Нан Кисель дәруменделген	60 180 180 60 180/7 0мг	Өсімдік майы қосылған қияр салаты Сүйек сорпасына піскен тары көже Піскен рожки ет тұздығымен Нан Компот дәруменделген	60 180 180 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған венегрет салаты Сүйек сорпасына піскен қызылша көже қаймақпен Палау Нан Кисель дәруменделген	60 180 15 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған сәбіз салаты Балық сорпасы Тұшпара Нан Компот дәруменделген	60 180 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған қырыққабат салаты Сүйек сорпасына піскен қарақұмық көже Көкөніс бұқтырмасы Нан Кисель дәруменделген	60 180 180 180 60 180/7 0мг
Бесін ас	Сүт Печенье Ақірімшік қаймақпен Алма	200 30 60/15 150	Айран Тоқаш	200 50	Какао Ақірімшік қаймақпен Печенье детский	200 60/15 15	Айран Вафли Банан	200 40 150	Сүт Рогалики	200 50

2 апта

	Дүйсенбі	Шығымы	Сейсенбі	Шығымы	Сәрсенбі	Шығымы	Бейсенбі	Шығымы	Жұма	Шығымы
Таңғы ас	Сүтке піскен манка ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180	Сүтке піскен ячневая ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10 180	Сүтке піскен геркулес ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180	Сүтке піскен жүгері ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10 180	Сүтке піскен қарақұмық ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180
Түскі ас	Өсімдік майы қосылған қызылша салаты Сүйек сорпасына піскен күріш көже Қуырдақ етпен Нан Кисель дәруменделген	60 180 180 60 180/70мг	Өсімдік майы қосылған қырыққабат салаты Сүйек сорпасына піскен вермишель көже Котлет, қарақұмық тұздығымен Нан Компот дәруменделген	60 180 130/80 60 180/70мг	Өсімдік майы қосылған қияр салаты Сүйек сорпасына піскен борщ қаймақпен Палау етпен Нан Кисель дәруменделген	60 180/15 180 60 180/70мг	Өсімдік майы қосылған сәбіз салаты Балық сорпасы Манты Нан Компот дәруменделген	60 180 180 60 180/70мг	Өсімдік майы қосылған венигрет салаты Сүйек сорпасына піскен қарабидай көже, қаймақпен Бұқтырылған капуста Нан Кисель дәруменделген	60 180/10 180 60 180/70
Бесін ас	Сүт Печенье Ақірімшік қаймақпен Алма	200 30 60/15 150	Айран Пряндік	200 40	Какао Вареники ақірімшікпен Банан	200 90/60 150	Айран Вафли	200 40	Сүт Блины	200 45

Запта

	Дүйсенбі	Шығымы	Сейсенбі	Шығымы	Сәрсенбі	Шығымы	Бейсенбі	Шығымы	Жұма	Шығымы
Таңғы ас	Сүтке піскен манка ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй	180 40/10/8 180	Сүтке піскен тары ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй	180 40/10 180	Сүтке піскен вермишель ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй	180 40/10/8 180	Сүтке піскен күріш ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй	180 40/10 180	Сүтке піскен жүгері ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй	180 40/10/8 180
	10: Шырын		10: Компот		10: Шырын		10: Компот		10: Шырын	
Түскі ас	Өсімдік майы қосылған қызылша салаты Сүйек сорпасына піскен қол кеспе көже Піскен қарақұмық, ет тұздығымен Нан Кисель дәруменделген	60 180 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған сәбіз салаты Сүйек сорпасына піскен бұршақ көже Піскен рожки ет тұздығымен Нан Компот дәруменделген	60 180 180/60 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған қырыққабат салаты Сүйек сорпасына піскен қызылша көже қаймақпен Тефтели, бөреңге тұздығымен Нан Кисель дәруменделген	60 180/10 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған қияр салаты Балық сорпасы Тұшпара Нан Компот дәруменделген	60 180 180 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған қызанақ салаты Сүйек сорпасына піскен қарақұмық көже Көкөкніс бұқтырмасы нан Кисель дәруменделген	60 180 180 60 180/70 мг
Бесін ас	Сүт	200	Айран	200	Какао	200	Айран	200	Сүт	200
	Печенье	35	Рогалики Алма	50 150	Ватрушки ақірімшікпен	60/50	Вафли	40	Тоқаш Банан	50 150

4апта

	Дүйсенбі	Шығымы	Сейсенбі	Шығымы	Сәрсенбі	Шығымы	Бейсенбі	Шығымы	Жұма	Шығымы
Таңғы ас	Сүтке піскен манка ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180	Сүтке піскен ячневая ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10 180	Сүтке піскен қарақұмық ботқасы Май жағылған нан, сыр Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180	Сүтке піскен тары ботқасы Май жағылған нан, Сүт қосылған тәтті шәй 10: Компот	180 40/10 180	Сүтке піскен вермишель ботқасы Май жағылған нан Сүт қосылған тәтті шәй 10: Шырын	180 40/10/8 180
Түскі ас	Өсімдік майы қосылған венегред салаты Сүйек сорпасына піскен бәреңге көже Піскен рожки, ет тұздығымен Нан Кисель дәруменделген	60 180 130/80 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған сәбіз салаты Сүйек сорпасына піскен қол кеспе көже Піскен қарақұмық, ет тұздығымен Нан Компот дәруменделген	60 180 180/60 60 180/70 мг	Өсімдік майы қосылған қызылша салаты Сүйек сорпасына піскен вермишель көже Бұқтырылған капуста Нан Кисель дәруменделген	60 180 180 60 180/70	Өсімдік майы қосылған қырыққабат салаты Балық сорпасы Орама Нан Компот дәруменделген	60 180 180 60 180/70 г	Өсімдік майы қосылған қызанақ салаты Сүйек сорпасына піскен борщ, қаймақпен Палау Нан Кисель дәруменделген	60 180/15 180 60 180/70
Бесін ас	Сүт Акірімшік қаймақпен Печенье детский Алма	200 60/15 15 150	Айран Пряндік	200 45	Какао Печенье Банан	200 30 150	Айран Вафли	200 40	Сүт Рогалики	200 50