

Бекітемін:

№43 «Гүлдәурен» балабақшасының меңгерушісі:



К.Т. Шокпарова

№43 «Гүлдәурен» балабақшасы МКҚК он күндік ас мәзірі.

(Көктемгі-жазғы кезең) 2023-2024жж 3-5 жас

1күн		2күн		3күн		4күн		5күн	
Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш
1.Сүтке піскен Кеспе ботқасы 2.Нан сары маймен 3.Шай сүтпен	180гр 40\7гр 150гр	1.Сүтке піскен Достық ботқасы 2.Нан 3.Какао сүтпен	180гр 40гр 150гр	1.Сүтке піскен Жарма ботқасы 2.Нан вареньемен 3.Шай сүтпен	180гр 40гр 150гр	1.Сүтке піскен ишкі сөк ботқасы 2.Нан 3.Шай сүтпен	180гр 40гр 150гр	1.Сүтке піскен күріш ботқасы 2.Нан 3.Шай сүтпен	180гр 40гр 150гр
Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас	
1.Достық сорпасы 2.Асылған Қарақұмық бұқт етпен 3.нан 4.Кисель 5.Дәрумен салаты	180гр 170\30гр 40гр 150гр 50гр	1.Харчо сорпасы 2.Пюре тұздықпен 3.Нан 4.Шырын	180гр 170/30г р 30гр 150гр	1.Бұршақ сорпасы 2.Манты 3.Нан 4.Шырын 5.Нәзік салаты	180гр 170/30гр 40гр 150гр 50гр	1.Кеспе сорпасы 2.Күріш бұқтырылған етпен 3.Нан 4.Кисель	180гр 170\30гр 40гр 150гр	1.Бориц сорпасы 2.Макарон бұқтырылған етпен 3.Нан 4.Кампот	180гр 170\30гр 40гр 150гр

Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас	
1.Булочка 2.Қатық	50гр 150гр	1.Вафли 2.Кисель 3.Жемістер	40гр 150гр 100гр	1.Печенье 2.Кампот	40гр 150гр	1.Бәліш картоппен 2.Шырын	50гр 150гр	1.Рогалики тосаппен 2.Шырын	40гр 150гр



№43 «Гүлдәурен» балабақшасы МКҚК он күндік ас мәзірі.

(Күзгі-қысқы кезең) 2023-2024жж 3-5 жас

6күн		7күн		8күн		9күн		10күн	
Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш	Азанғы ас	Мөлш
1.Сүтке піскен Кеспе ботқасы 2.Нан 3.Шай сүтпен	180гр 40 гр 150гр	1.Сүтке піскен Достық ботқасы 2.Нан қаймақпен 3.Какао сүтпен	180гр 30/5гр 150гр	1.Сүтке піскен Жарма ботқасы 2.Нан 3.Шай сүтпен	180гр 40гр 150гр	1.Сүтке піскен шикі сөк ботқасы 2.Нан сары маймен 3.Какао сүтпен	180гр 40/7гр 150гр	1.Сүтке піскен күріш ботқасы 2.Нан 3.Шай сүтпен	180гр 40гр 150гр
Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас		Түскі ас	
1.Бұршақ сорпасы 2.Асылған Макарон бұқт етпен 3.нан 4.Кисель	180гр 170\30гр 40гр 150гр	1.Картоп сорпасы 2.Асылған Қарақұмық бұқт етпен 3.Нан 4.Шырын	180гр 170/30гр 40гр 150гр	1.Фрикадельки 2.Көкеніс бұқтырмасы 3.Нан 4.Шырын 5.Винегред салаты	180гр 170/30гр 40гр 150гр 50гр	1.Кеспе сорпасы 2.Күріш котлетпен 3.Нан 4.Кисель 5.Нәзік салаты	180гр 170/30гр 40гр 150гр 50гр	1.Рассольник сорпасы 2. Жаркое бұқт етпен 3.Нан 4.Кисель	180гр 170/302гр 30гр 150гр

5.Көктем салаты									
Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас		Бесін ас	
1.Пирог 2.Шырын	50гр 150гр	1.Вафли 2.Кисель 3.Жемістер	40гр 150гр 100гр	1.Бәліш картоппен 2. Кампот	50гр 150гр	1.Рогалики тосаппен 2.Қатық	50гр 150гр	1.Пісірме нан 2.Шырын	50гр 150гр

