

«Бекітемін»  
«Нұр Асықата» бөбекжай балабақша  
меңгерушісі Т.Кенжебекова

## «Нұр Асықата» бөбекжай балабақшасының екі апталық (жаз-күз) перспективтік ас мәзірі 2021-2022 оқу жылы.

|                 | 1-күн                                                                                             | 2-күн                                                                                                                          | 3-күн                                                                                                                    | 4-күн                                                                                                | 5-күн                                                                                                       |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Таңғы ас</b> | Сүтті күріш ботқасы<br>сары май мен нан<br>Тәтті шай                                              | Сүтті тары ботқасы<br>Сгуценка мен нан<br>Тәтті шай                                                                            | Сүтті қарақұмық<br>ботқасы<br>Сары май мен нан<br>Тәтті сүтті какао                                                      | Сүтті геркулес ботқасы<br>Тосап пен нан<br>Тәтті лимонды шай                                         | Сүтті жарма ботқасы<br>Сары май мен нан<br>Тәтті шай                                                        |
| <b>Түскі ас</b> | Көкөніс салаты<br>горох сорпасы<br>Ет қосылған<br>вермишель бұқтырмасы<br>Нан<br>Кисель-С витамин | Көкөніс салаты<br>Ет сорпасынан<br>дайындалған борщ<br>Тауық еті қосылған<br>Палау<br>Нан<br>Құрғақ жеміс сусыны-<br>С витамин | Көкөніс салаты<br>Үй кеспесі мен сүйек<br>сорпасы<br>Маш күріштен<br>ботқасы<br>Нан<br>Құрғақ жеміс сусыны<br>+витамин С | Көкөніс салаты<br>Ас бұршақ сорпасы<br>Ет ,макарон тұздығымен<br>Нан<br>жемістен кампот-С<br>витамин | Көкөніс салаты<br>Қайнатылған тефтели<br>сүйек сорпасы<br>манты ,еттен картоптан<br>Нан<br>Кисель-С витамин |
| <b>Бесін ас</b> | Сүтті жарма ботқасы<br>Тәтті шай<br>Тәтті тоқаш                                                   | Сүтті күріш ботқасы<br>Қант қосылған шай,<br>нан ,алма                                                                         | Сүтті жарма сорпасы<br>Нан<br>Тәтті шай<br>алма                                                                          | Сүтті вермишель ботқасы<br>Айран<br>Кулше                                                            | Сүтті тары ботқасы<br>нан<br>тәтті шай                                                                      |
|                 | <b>6-күн</b>                                                                                      | <b>7-күн</b>                                                                                                                   | <b>8-күн</b>                                                                                                             | <b>9-күн</b>                                                                                         | <b>10-күн</b>                                                                                               |

|                 |                                                                                                   |                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                                                                  |                                                                                                                                                                     |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Таңғы ас</b> | Сүтті күріш ботқасы<br>сары май мен нан<br>Тәтті шай                                              | Сүтті тары ботқасы<br>Сгушенка мен нан<br>Тәтті шай                                                                  | Сүтті қарақұмық<br>ботқасы<br>Сары май мен нан<br>Тәтті сүтті какао                                                                                       | Сүтті геркулес ботқасы<br>Тосап пен нан<br>Тәтті лимонды шай                                     | Сүтті жарма ботқасы<br>Сары май мен нан<br>Тәтті шай                                                                                                                |
| <b>Түскі ас</b> | Салат көкөністен<br>Балық сорпасы<br>Лагман тұздықпен<br>(сиыр етінен)<br>Нан<br>Кисель-С витамин | Салат көкөністен<br>Қайнатылған етпен<br>тұшпара сорпасы<br>Күріш ботқасы<br>Нан<br>Құрғақ жеміс сусыны-С<br>витамин | Салат көкөністен<br>лагман кеспемен сүйек<br>сорпасы<br>Нан<br>Бұқтырылған картоп<br>қырыққабатпен (сиыр<br>етінен)<br>Құрғақ жеміс сусыны –<br>С витамин | Салат көкөністен<br>Айран қосылған сорпасы<br>бесбармақ (сиыр етінен)<br>Нан<br>Кисель-С витамин | Салат көкөністен<br>маш күріштен қосылған<br>сүйекті сорпа(сиыр етінен)<br>Картоп езбесі,макарон<br>тұздығымен<br>(сиыр етінен)<br>Құрғақ жеміс сусыны-С<br>витамин |
| <b>Бесін ас</b> | Сүтті жарма ботқасы<br>Тәтті шай<br>Тәтті тоқаш                                                   | Сүтті күріш ботқасы<br>Қант қосылған шай,<br>нан                                                                     | Сүтті жарма сорпасы<br>Нан<br>Тәтті шай<br>алма                                                                                                           | Сүтті вермишель ботқасы<br>Айран<br>Кулше                                                        | Сүтті тары ботқасы<br>нан<br>тәтті шай                                                                                                                              |

Медбике:Сарсенова А:  
Диетбике:Жасанова А