

«Бекітемін» 5.01.2022 жыл
«Нұр Асықата» бөбекжай-балабақша
меңгеруші _____ Т.Кенжебекова



«Нұр Асықата» бөбекжай-балабақшасының екі апталық (қыс-көктем) перспективтік ас мәзірі

	1-күн	2-күн	3-күн	4-күн	5-күн
Таңғы ас	Сүтті қарақұмық сорпасы Сары май мен нан Тәтті сүтті шай	Сүтті жарма ботқасы Ірімшік пен нан Тәтті шай	Сүтті геркулес ботқасы Сары май мен нан Тәтті сүтті какао	Сүтті тары сорпасы тосап пен нан Тәтті шай	Сүтті күріш ботқасы Сары май мен нан Тәтті шай лимонмен
Түскі ас	Көкөніс салаты(сәбізден) 1.горох сорпасы 2. Ет қосылған вермишель бұқтырмасы Нан Кисель-С витамин	Көкөніс салаты(қызылшадан) 1.Ет сорпасынан дайындалған борщ 2.Тауық еті қосылған палау Нан Құрғақ жеміс сусыны-С витамин	Көкөніс салаты(қырыққабат пен сәбізден) 1.Үй кеспесі мен сорпасы 2.Маш күріштен ботқа Нан Кисель - витамин С	Көкөніс салаты (қызанақ пен қиярдан) 1.Қайнатылған тефтели сорпасы күрішпен 2.гуляш ,макарон тұздығымен Нан жемістен кампот-С витамин.	Көкөніс салаты (сәбізден) 1.балықтан дайындалған сорпа 2.манды асқабақ (картоп)еттен Нан Кисель-С витамин
Бесін ас	Сүтті жарма ботқасы Тәтті шай, тоқаш	Сүтті күріш сорпасы Қант қосылған шай, нан	Сүтті жарма сорпасы Нан Тәтті шай, алма	Сүтті вермишель сорпасы Айран нан	Сүтті тары ботқасы Булочка, тәтті шай

	6-күн	7-күн	8-күн	9-күн	10-күн
Таңғы ас	Сүтті күріш сорпасы Сары май мен нан Тәтті шай	Сүтті геркулес ботқа Тосап пен нан Тәтті лимонды шай	Сүтті қарақұмық ботқасы Сары май мен нан Тәтті сүтті какао	Сүтті күріш ботқасы Қаймақты ірімшік , нан Тәтті шай	Сүтті жарма ботқасы Сары май жағылған нан Тәтті шай
Түскі ас	Көкөніс салаты(сәбізден) 1.горох сорпасы 2.Ет қосылған вермишель бұқтырмасы Нан Кисель-С витамин	Көкөніс салаты(қызылшадан) 1.Қайнатылған етпен тұшпара сорпасы 2.Тауық еті қосылған күріш ботқасы Нан Компот -С витамин	Көкөніс салаты(қырыққабат пен сәбізден) 1. Лағман кеспесі мен сүйек сорпасы 2.Бұқтырылған картоп қырыққабатпен Нан жеміс шырыны +витамин С	Көкөніс салаты (қызанақ пен қиярдан) 1. Бешбармақ сиыр етінен 2.Айран қосылған сорпа Нан кисель-С витамин	Көкөніс салаты (сәбізден) 1. маш күрішпен сорпа сиыр етінен 2.картоп езбесі,макарон тұздығымен Нан Құрғақ жеміс сусыны-С витамин
Бесін ас	Сүтті тары ботқасы Тәтті шай тоқаш	Сүтті жарма ботқасы Қант қосылған шай, нан	Сүтті жарма ботқасы булочка айран	Сүтті вермишель сорпасы Какао сүтпен , нан	Сүтті тары ботқасы Жұмыртқалы нан(грени) тәтті шай