



Ас мәзірі

Екінші апта

Балалар 3-5 жас аралығы (жаз-күз)

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сарсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>Танертенгі ас 1.Сүтті қарақұмық ботқа-180гр 2.Нан сүзбемен -30\15гр 3.Сүтті шай-180гр</p>	<p>Танертенгі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-180гр 2.Нан сарымаймен-30/10гр 3.Сүтті тәтті какао-180гр</p>	<p>Танертенгі ас 1.Сүтті манка ботқа-180гр 2.Нан тосаппен-30/15гр 3.Шай-180гр</p>	<p>Танертенгі ас 1.Сүтті тары ботқа-180гр 2.Нан ірімшікпен-30/15гр 3.Сүтті тәтті шай-180гр</p>	<p>Танертенгі ас 1.Сүтті күріш ботқа-180гр 2.Нан қойыт.сүтпен-30/10гр 3.Тәтті шай-180гр</p>
<p>10:15 1.Банан-120гр 2.Қ.ж.с-180гр</p>	<p>10:15 1.Апельсин -120гр 2.Қ.ж.с -180гр</p>	<p>10:15 1.Алма -120гр 2.Қ.ж.с -180гр</p>	<p>10:15 1.Алмұрт-120гр 2.Каркадэ -180гр</p>	<p>10:15 1.Банан -120гр 2.Қ.ж.с -180гр</p>
<p>Түскі ас 1.Қырыққабат,жасыл бұршақ салаты-50гр (қырыққабат-20гр,жасыл бұршақ-20гр,тұз-2,сұйық май-1гр) 2.Тауық етінен кеспе сорпа-180гр 3.Тауық етінен қарақұмық-70/130гр 4.Қ.ж.с-180гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Витамин салаты-50гр(сәбіз-15гр,алма-20гр,қызылша-15гр,сұйық май-2гр,тұз-2гр) 2.Сныр етінен ши сорпа-180гр 3.Сныр етінен тефтели,картоп пюресімен-70/130гр 4.Каркадэ-180гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Сәбіз салаты-50гр (сәбіз-40гр,сұйық май-2,тұз-2) 2.Тауық етінен бұршақ сорпа-180гр 3.Тауық еті макарон-70\130гр 4.Қ.ж.с -180гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Винегрет салаты-50гр (картоп-10гр,қызылша-15гр,сәбіз -10гр,тұз-2гр,сұйықмай-1гр) 2.Сныр еті фрикаделька-180гр 3.Сныр еті палау-70/130гр 4.Каркадэ-180гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Қызылша салаты-50гр (қызылша-50гр,сұйық май-2,тұз-2гр) 2.Тауық етінен вермишель-180гр 3.Тауық етінен көкөністі рагу -60/130гр 4.Қ.ж.с-180гр 5.Нан-50гр</p>
<p>Бесін ас 1.Вафли-60гр 2.Какао-180гр</p>	<p>Бесін ас 1.Бөлке-60гр 2.Қ.ж.с -180гр</p>	<p>Бесін ас 1.Құймақ-60гр 2.Сүтті тәтті какао-180гр</p>	<p>Бесін ас 1.Ватрушка сүзбемен-60гр 2.Айран -180гр</p>	<p>Бесін ас 1.Бәліш картоппен -60гр 2.Жылы сүт -180гр</p>
<p>Кешкі ас 1.Сүтті манка ботқасы-180гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай лимонмен -180гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сныр етінен қызылша сорпа -180гр 2.Нан-30гр 3.Сүтті тәтті шай 180гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сүтті верм. ботқасы-150гр 2.Нан-30гр 3.Тәтті шай-180гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Тауық етінен ши сорпа-180гр 2.Нан-30гр 3.Сүтті тәтті какао -180гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-180гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай-180гр</p>



Ас мәзір

Бірінші апта

Балалар 2-3 жас аралығы (жаз-күз)

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сарсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгі ас 1.Сүтті тары ботқа-150гр 2.Нан сары маймен-20/15гр 3.Сүтті тәтті шай-150гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті манка ботқа-150гр 2.Нан тосаппен-20/15гр 3.Сүтті тәтті какао-150гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-150гр 2.Нан ірімшікпен-20/15гр 3.Тәтті шай -150гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті вермишель ботқа-150гр 2.Нан сузбе -20/15гр 3.Шәй-150гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті күріш ботқа-150гр 2.Нан қойыт.сүтпен-20/15гр 3.Сүтті какао-150гр
10:15 1.Алма-100гр 2.Қ.ж.с -150гр	10:15 1.Алмұрт-100гр 2.Каркадэ-150гр	10:15 1.Апелсин -100гр 2.Қ.ж.с-150гр	10:15 1.Банан-100гр 2.Каркадэ-150гр	10:15 1.Алма-100гр 2.Қ.ж.с-150
Түскі ас 1.Витамин салаты-40гр (сәбіз-10гр,алма-20гр, қызылша-10гр,сұйық май-2гр,тұз-1гр) 2.Сиыр етінен щи сорпасы 150гр 3.Сиыр етінен котлет,картоп пюресімен-50/120гр 4.Қ.ж.с-150гр 5.Нан-40гр	Түскі ас 1.Сәбіз салаты-40гр (сәбіз-44,сұйық май-5гр,тұз-1гр) 2.Тауық етінен бұршақ сорпа-150гр 3.Тауық етінен палау-50/120гр 4.Каркадэ -150гр 5.Нан-40гр	Түскі ас 1.Винеграт салаты-40гр (картоп-10гр, қызылша-15гр,сәбіз -15гр тұз-1гр,сұйықмай-1гр) 2.Сиыр етінен тұшпара сорпасы-150гр 3.Сиыр етінен қарақұмық-50/120гр 4.Қ.ж.с-150гр+Вит С 5.Нан-40гр	Түскі ас 1. Қызылша салаты-40гр (қызылша-50гр,сұйық май-2гр,тұз-2гр) 2.Тауық етінен рассольник-150гр 3.Тауық етінен көкөністі рагу-50/120гр 4.Каркадэ-150гр 5.Нан-40гр	Түскі ас 1.Қырыққабат,жасыл бұршақ салаты-40гр (қырыққабат-30,жасыл бұршақ-20гр,сұйық май-2гр,тұз-2гр) 2.Сиыр етінен борщ-150гр 3.Сиыр етінен макарон-50/120гр 4.Қ.ж.с-150гр 5.Нан-40гр
Бесін ас 1.Бөлке-50гр 2.Кисель-150гр	Бесін ас 1. Құймақ сүзбемен -50гр 2.Каркадэ-150гр	Бесін ас 1.Вафли-50гр 2.Қ.ж.с -150гр	Бесін ас 1.Сүтті коржик-50гр 2.Жылы сүт-150гр	Бесін ас 1.Бәліш картоппен -50гр 2.Айран -150гр
Кешкі ас 1.Сүтті вермишель ботқа-150гр 2.Нан-20гр 3.Сүтті шай-150гр	Кешкі ас 1.Сиыр етінен макарон сорпа-150гр 2.Нан-20гр 3.Қара шай лимонмен-150гр	Кешкі ас 1.Сарделька макаронмен -150гр 2.Сүтті тәтті какао-150гр 3.Нан-20гр	Кешкі ас 1. Сиыр етінен кеспе сорпасы-150гр 2.Нан-20гр 3.Қара шай лимонмен-150гр	Кешкі ас 1.Сүтті тары ботқа-150гр 2.Нан-20гр 3.Қ.ж.с-150гр

Ас мәзірі
Бірінші апта
Балалар 3-5 жас аралығы (Жаз-күз)

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сарсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгі ас 1.Сүтті тары ботқа-180гр 2.Нан сарымаймен-30/10гр 3.Сүтті тәтті шай-180гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті манка ботқа-180гр 2.Нан тосаппен -30/10гр 3.Сүтті тәтті какао-180гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-180гр 2.Нан ірімшікпен-30/15гр 3.Тәтті шай -180гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті верм.ботқа-180гр 2.Нан сузбемен -30/15гр 3.Шай-150гр	Таңертеңгі ас 1.Сүтті күріш ботқа-180гр 2.Нан койыт.сүтпен-30/10гр 3.Сүтті какао-180гр
10:15 1.Алма-120гр 2.Қ.ж.с -180гр	10:15 1.Алмұрт-120гр 2.Каркадэ-180гр	10:15 1.Апельсин -120гр 2.Қ.ж.с -180гр	10:15 1.Банан-120гр 2.Каркадэ-180гр	10:15 1.Алма-120гр 2.Қ.ж.с-180гр
Түскі ас 1.Витамин салаты-50гр (сәбіз-10гр,қызылша-10гр, алма-20гр, сұйық май-2гр,тұз-1гр) 2.Сыыр етінен щи сорпа-180гр 3.Сыыр етінен котлет,картоп пюресімен-70/130гр 4.Қ.ж.с-180гр 5.Нан-50гр	Түскі ас 1.Сәбіз салаты-50гр (сәбіз-40гр,сұйық май-2гр,тұз-1гр) 2.Тауық етінен бұршақ сорпа-180гр 3.Тауық етінен палау -70/130гр 4.Каркадэ -180гр 5.Нан-50гр	Түскі ас 1.Винеграт салаты-50гр (картоп-10гр,қызылша-15,сәбіз-15гр, тұз-1гр, сұйықмай-1гр) 2.Сыыр етінен тұшпара сорпасы-180гр 3.Сыыр етінен қарақұмық-70/130гр 4.Қ.ж.с-180гр 5.Нан-50гр	Түскі ас 1.Қызылша салаты-50гр (қызылша-40гр,сұйық май-2гр,тұз-1гр) 2.Тауық етінен рассольник сорпа-180гр 3.Тауық етінен көкөністі рагу-70/130гр 4.Каркадэ-180гр 5.Нан-50гр	Түскі ас 1.Қырыққабат,жасыл бұршақ салаты-50гр (қырыққабат-20гр,жасыл бұршақ-20гр,сұйық май-2гр,тұз-1гр) 2.Сыыр етінен борщ-180гр 3.Сыыр етінен макарон-70/130гр 4.Қ.ж.с-180гр 5.Нан-50гр
Бесін ас 1.Бөлке -60гр 2.Кисель -180гр	Бесін ас 1.Құймақ сузбемен-60гр 2.Каркадэ-180гр	Бесін ас 1.Вафли-60гр 2.Қ.ж.с -180гр	Бесін ас 1.Сүтті коржик-60гр 2.Жылы сүт -180гр	Бесін ас 1.Бәліш картоппен-60гр 2.Айран -180гр
Кешкі ас 1.Сүтті вермишель ботқа-180гр 2.Нан-30гр 3.Сүтті шай -180гр	Кешкі ас 1.Сыыр етінен макарон сорпа-180гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай лимонмен-180гр	Кешкі ас 1.Сарделька макаронмен-180гр 2.Сүтті тәтті какао-180гр 3.Нан-30гр	Кешкі ас 1.Сыыр етінен кеспе сорпасы -180гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай лимонмен-180гр	Кешкі ас 1.Сүтті тары ботқа-180гр 2.Нан-30гр 3.Қ.ж.с -180гр



Ас мәзірі

Екінші апта

Балалар 2-3 жас аралығы (жаз-күз)

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сарсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>Таңертеңгі ас 1.Сүтті қарақұмық ботқа-150гр 2.Нан сузбемен -20\15гр 3.Сүтті шай-150гр</p>	<p>Таңертеңгі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-150гр 2.Нан сарымаймен-20/10гр 3.Сүтті тәтті какао-150гр</p>	<p>Таңертеңгі ас 1.Сүтті манка ботқа-150гр 2.Нан тосаппен-20/15гр 3.Шай-150гр</p>	<p>Таңертеңгі ас 1.Сүтті тары ботқа-150гр 2.Нан ірімшікпен-20/15гр 3.Сүтті тәтті шай-150гр</p>	<p>Таңертеңгі ас 1.Сүтті күріш ботқа-150гр 2.Нан қойыт.сүтпен-20/10гр 3.Тәтті шай-150гр</p>
<p>10:15 1.Банан-100гр 2.Қ.ж.с-150гр</p>	<p>10:15 1.Апельсин -100гр 2.Қ.ж.с -150гр</p>	<p>10:15 1.Алма -100гр 2.Қ.ж.с -150гр</p>	<p>10:15 1.Алмұрт-100гр 2.Каркадэ -150гр</p>	<p>10:15 1.Банан -100гр 2.Қ.ж.с -150гр</p>
<p>Түскі ас 1.Қырыққабат,жасыл бұршақ салаты-50гр (қырыққабат-20гр,жасыл бұршақ-20гр,түз-2,сұйық май-1гр) 2.Тауық етінен кеспе сорпа-150гр 3.Тауық етінен қарақұмық-50/120гр 4.Қ.ж.с-150гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Витамин салаты-50гр(сәбіз-15гр,алма-20гр,қызылша-15гр,сұйық май-2гр,түз-2гр) 2.Сиыр етінен щи сорпа-150гр 3.Сиыр етінен тефтели,картоп пюресімен-50/120гр 4.Каркадэ-150гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Сәбіз салаты-50гр (сәбіз-40гр,сұйық май-2,түз-2) 2.Тауық етінен бұршақ сорпа-150гр 3.Тауық еті макарон-50\120гр 4.Қ.ж.с -150гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Винегрет салаты-50гр (картоп-10гр,қызылша-15гр,сәбіз -10гр,түз-2гр,сұйықмай-1гр) 2.Сиыр еті фрикаделька-150гр 3.Сиыр еті палау-50/120гр 4.Каркадэ-150гр 5.Нан-50гр</p>	<p>Түскі ас 1.Қызылша салаты-50гр (қызылша-50гр,сұйық май-2,түз-2гр) 2.Тауық етінен вермишель-150гр 3.Тауық етінен көкөністі рагу -50/120гр 4.Қ.ж.с-150гр 5.Нан-50гр</p>
<p>Бесін ас 1.Вафли-50гр 2.Какао-150гр</p>	<p>Бесін ас 1.Бөлке-50гр 2.Қ.ж.с -150гр</p>	<p>Бесін ас 1.Құймақ-50гр 2.Сүтті тәтті какао-150гр</p>	<p>Бесін ас 1.Ватрушка сүзбемен-50гр 2.Айран -150гр</p>	<p>Бесін ас 1.Бәліш картоппен-50гр 2.Жылы сүт -150гр</p>
<p>Кешкі ас 1.Сүтті манка ботқасы-150гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай лимонмен -150гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сиыр етінен қызылша сорпа -150гр 2.Нан-30гр 3.Сүтті тәтті шай 150гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сүтті верм. ботқасы-150гр 2.Нан-30гр 3.Тәтті шай-150гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Тауық етінен щи сорпа-150гр 2.Нан-30гр 3.Сүтті тәтті какао -150гр</p>	<p>Кешкі ас 1.Сүтті геркулес ботқа-150гр 2.Нан-30гр 3.Қара шай-150гр</p>