

БЕКІТЕМІН

«Нұр дау» бөбекжайы»

МКК-ның меңгерушісі

А. Ажарыкова

Бірінші жұманын ас мәзірі

Күні	Таңғы ас	ІІ – таңғы ас	Түскі ас	Бесін ас	Кешкі ас
1 күн	1. Сүтті жарма ботқасы -200гр 2.Май-5гр 3.Батон 30гр 4. Кофе сусыны- 200гр 5.Сыр-5 гр	Жеміс с	1. Салат(сәбіз) к/м -60гр 2. Е/с піскен бопш сорпасы каймақ косылған 200гр 3. Плов құс етімен-170 гр 4.Кисель-180гр 5. Ақ нан 30гр, кара нан 20гр	1. Піскен сүт - 3,2%- 200гр 2.Кондитерлік өнім(вафли)	1. Сүзбедең жасалынған вареники-200гр 2.Тәтті шай-180 гр 3. Ақ нан 20гр
2 күн	1. Сүтті сұлы ботқасы 200 гр 2. Май-5гр 3.Батон 30гр 4.Кофе сусыны- 200гр 5.Сыр-5гр	Жеміс с	1. Салат (кияр,кызанақ) к/м 2. Е/с піскен үрмебұршақ сорпасы каймақпен 200 гр 3. Тураған кырыққабат орамдары соуспен-170гр 4.Компот-180гр 5.Ақ нан-30гр, кара нан20 гр	1. Кефир	1. Балықтан жасалған көкөніс косылған сорта- 100гр 2.Тәтті шай-200гр 3. Ақ нан 20гр
3 күн	1. Сүтті арпа ботқасы -200гр 2. Май-5гр 3.Батон 30гр 4. Кофе сусыны- 200гр 5.Сыр-5гр	Жеміс с	1. Салат(кырыққабат сәбізбен) к/м- 60гр 2. Е/с пісірілген қудрявый сорпасы каймақпен 200гр 3.Жаркое -200гр 4.Компот-180гр 5. Ақ нан 50гр, кара нан 40гр	1. Піскен сүт - 3,2%- 200гр 2.Кондитерлік өнім(печеньік)	1. Күріш сорпасы - 100гр 2. Тәтті шай-200 гр 3. Ақ нан -20гр
4 күн	1. Сүтті тары ботқасы 200гр 2. Май-5гр 3.Батон-30гр 4.Кофе сусыны- 200гр 5.Сыр-5 гр	Жеміс с	1. Салат (кияр,кызанақ) -60гр 2. Е/с пісірілген үй кеспесі -200гр 3.Етті гуляш -70гр 4.Картофель шоресі -100 гр 5. Ақ нан 30гр, кара нан 20гр	1. Йогурт- 200 гр	1. Балықтан жасалынған биточки -200гр 2. Тәтті шай-200 гр Ақ нан 20гр
5 күн	1. Сүтті жүгері ботқасы-200гр 2. Май-5гр 3.Батон 30гр 4.Кофе сусыны- 200гр	Жеміс с	1. Салат (кызылша)к/м-60гр 2. Е/с піскен бұршақ сорпасы 200гр 3.Етті рулет-80гр 4. Бұқтырылған кырыққабат -100гр 5. Компот-180гр 6. Ақ нан 30гр, кара нан 20гр	1. Піскен сүт - 3,2%- 200гр 2.Кондитерлік өнім(вафли)	1. Піскен жұмыртқа-200гр 2.Батружки творогпен 3.Тәтті шай-180гр