Бекітемін

«Нажимеденова А.Т.» ЖК

«Айжан» балабақшасының директоры

Симбиркина И.В

от 01.09.2026 г.

1 апталық ас –мәзірі күз- қыс, мезгілі

1 күн	Тағамның атауы	Шығымы	Тағам қоспалары
Таңғы ас	Геркулес ботқасы сүтпен	150/180	Геркулес жармасы,секер,сары май,сүт
	Шай сүтпен	150/200	Шай, сүт
	Шоколад май жағылған нан	50/70	Бидай наны,шоколад майы
Екінші таңғы ас	Банан	60/90	Банан
Түскі ас	Майлы сүйек етіне піскен борщ	150/200	Майлы сүйек еті, картоп, қырыққабат, жуа, сәбіз,
	Сорпасы		қызылша ,шемешкімай,томат,йодталған тұз
	Палау етпен	150/180	Ет,күріш,жуа,сәбіз,йодталған тұз
	Кисель шырыны	150/180	Кисель,секер,вит «С»
	Бидай наны	50/70	Бидай наны
Бесінгі ас	Сүзбе қосылған сочник	40/60	Ұн,жұмыртқа,сары май тұз,сүт
	Компот	150/180	Кепкен алма,секер
2 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағам қоспалары**
Таңғы ас	Ұнтақ жарма ботқасы сүтпен	150/180	Ұнтақ жармасы, секер , сары май,сүт
	Какао сүт қосылған	150/180	Какао ,секер , сүт
	Бидай наны ірімшікпен	50/70	Бидай наны , ірімшік
Екінші таңғы ас	Печенье	40/60	Печенье
	Шай (қара шай)	150/180	Шай ,секер
Түскі ас	Қызылша алма салаты	40/60	Қызылша,алма,секер,өсімдік майы
	Тауық етіне піскен чечевицасорпасы	150/200	Тауық, картоп,чечевица,жуа,сәбіз,өсімдік майы, йодталған тұз
	Еттен гарнир, макарон	160/120	Ет,гарнир,макарон,жуа,сәбіз,өсімдік майы,йодталған тұз
	Кепкен алмадан компот	150/180	Кепкен алма, секер,Вит «С»
	Бидай наны	50/70	Бидай наны
Бесінгі ас	Пирожки сосискимен	40/60	Ұн,сүт,жұмыртқа,тұз,,секер,сосиски ашытқы
	Кисель шырыны	150/180	Кисель,секер,вит «С»
3 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Қарақұмық ботқасы сүтпен	150/200	Қарақұмық ,секер, сары май, сүт
	Сүт қосылған шай	150/180	Шай, секер, сүт
	Бидай наны май жағылғын	50/70	Бидай наны, сары май
Екінші таңғы ас	Алма	60/90	Алма

Түскі ас	Дәрумен салаты Тауық етіне піскен күріш сорпасы Еттен котлет, картоп езбесі Кепкен алмадан компот Бидай наны	40/60 150/200 160/200 150/180 50/70	Қызылша,сәбіз, қырыққабат Тауық, картоп ,күріш , жуа, сәбіз,өсімдік майы, йодталған тұз Ет,картоп, жұмыртқа, нан жуа ,сәбіз Кепкен алма, секер, Вит «С» Бидай наны
Бесінгі ас	Кисель шырыны Құймақ тосаппен	150/180 50/70	Кисель,секер,вит «С» Ұн ,сары май,, секер,сүт жұмыртқа,йодталған тұз
4 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Сүтпен піскен күріш ботқасы Какао сүт қосылған Бидай наны тосап жағылған	150/200 150/200 50/60	Күріш , секер, сары май, сүт Какао ,сүт Бидай наны, тосап
Екінші таңғы ас	Печенье Шай (қара шай)	40/50 150/180	Печенье Шай ,секер
Түскі ас	Етке піскен вермишель сорпасы Тауық етіне піскен гарнир қарақұмықпен Кисель шырыны Сәбіз- алма салаты Бидай наны	150/200 150/200 150/180 40/60 50/70	Ет ,картоп,жуа ,сәбіз,өсімдік майы, йодталған тұз,вермишель Тауық еті, қарақұмық жармасы Кисель, секер, Вит «С» Сәбіз, алма Бидай наны
Бесінгі ас	Коржик Сүт	40/60 150/200	Ұн,сүт,жұмыртқа,тұз,секер,сары май Сүт
5 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Жүгері ботқасы сүтпен Сүт қосылған шай Сары май жағылған нан	150/200 150/180 50/60	Жүгері , секер, сары май, сүт Шай, секер,сүт Бидай наны, май
Екінші таңғы ас	Алма	60/90	Алма
Түскі ас	Қызылша-алма салаты Майлы сүйекке піскен бешбармақ Кепкен алмадан компот Бидай наны	40/60 150/180 150/180 50/70	Қызылша ,алма, секер Сүйек еті, картоп, жуа, сәбіз, йодталған тұз ұн Кепкен алма ,секер, Вит «С» Бидай наны
Бесінгі ас	Печенье Кисель шырыны	50/60 150/180	Печенье Кисель,секер,вит «С»

Медбике: Галиева Г.Н.

2 апталық ас –мәзірі күз- қыс, мезгілі

1 күн	Тағамның атауы	Шығымы	Тағам қоспалары
Таңғы ас	Геркулес ботқасы сүтпен	150/180	Геркулес жармасы,секер,сары май,сүт
	Какаосүт қосылған	150/180	Какао, секер, сүт
	Шоколад май жағылған нан	30/50	Бидай наны,шоколад майы
Екінші таңғы ас	Банан	60/90	Банан
Түскі ас	Сәбіз - алма салаты	40/60	Сәбіз ,алма, секер,өсімдік майы
	Тауық етіне піскен қол кеспе сорпасы	150/200	Тауық еті, картоп, ұн, жуа, сәбіз, өсімдік майы ,,йодталған тұз
	Ет,гарнир күріш	160/180	Ет,күріш,жуа,сәбіз,йодталған тұз
	Кисель шырыны	150/180	Кисель,секер,вит «С»
	Бидай наны	50/70	Бидай наны
Бесінгі ас	Тәтті Бөлке	50/60	Ұн,сары май,йодталған тұз, сүт,секер,өсімдік майы, ашытқы
	Компот	150/180	Кепкен алма
2 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағам қоспалары**
Таңғы ас	Ұнтақ жарма ботқасы сүтпен	150/200	Ұнтақ жармасы, секер , сары май,сүт
	Шай сүт қосылған	150/180	Шай ,секер , сүт
	Бидай наны ірімшікпен	50/70	Бидай наны , ірімшік
Екінші таңғы ас	Печенье	40/60	Печенье
	Шай (қара шай)	150/180	Шай ,секер
Түскі ас	Дәрумен салаты	40/60	Қырыққабат,қызылша , сәбіз
	Тауық етіне піскен горох сорпасы	150/200	Тауық, картоп,горох,жуа,сәбіз,өсімдік майы, йодталған тұз
	Етпен гарнир макарон	180/120	Ет,жуа,, сәбіз макарон,өсімдік майы,йодталған тұз
	Кепкен алмадан компот	150/180	Кепкен алма, секер,Вит «С»
	Бидай наны	50/70	Бидай наны
Бесінгі ас	Бөлке картоп езбесімен	60/70	Ұн, секер, картоп, май, сүт, жұмыртқа,тұз
	Кисель шырыны	150/180	Кисель, секер, Вит «С»
3 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Бидай ботқасы сүтпен	150/200	Бидай ,секер, сары май, сүт
	Какао сүт қосылған	150/180	Какао, секер, сүт
	Бидай наны май жағылғын	50/70	Бидай наны, сары май
Екінші таңғы ас	Алма	60/90	Алма

Түскі ас	Қызылша-алма салаты Тауық етіне піскен вермишель сорпасы Ет гарнирі картоппен Кепкен алмадан компот Бидай наны	40/60 150/200 180/200 150/180 50/70	Алма, қызылша Тауық еті ,картоп,жуа ,сәбіз,өсімдік майы, йодталған тұз,вермишель Тауық еті,жуа, картоп, өсімдік майы,йодталған тұз Кепкен алма, секер, Вит «С» Бидай наны
Бесінгі ас	Печенье Кисель	50/70 150/180	Печенье Кисель
4 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Күріш ботқасы сүтпен Шай сүт қосылған Бидай наны тосап жағылған	150/200 150/180 50/70	Күріш , секер, сары май, сүт Шай ,сүт,секер Бидай наны, тосап
Екінші таңғы ас	Печенье Шай (қара шай)	40/50 150/180	Печенье Шай ,секер
Түскі ас	Пельмен сорпасы Тауық еті, гарнир қарақұмықпен Винегрет салаты Кисель шырыны Бидай наны	150/200 150/200 40/60 150/180 50/60	Еттен фарш, жуа, сәбіз, ұн,тұз Тауық еті, қарақұмық, жуа, сәбіз, өсімдік майы, йодталған тұз Қызылша,сәбіз,картоп Кисель, секер, Вит «С» Бидай наны
Бесінгі ас	Ватрушка Кефир	40/60 150/200	Ұн,ашытқы,тұз,секер,сүзбе,май Кефир
5 күн	**Тағамның атауы**	**Шығымы**	**Тағамның қоспалары**
Таңғы ас	Жүгері ботқасы сүтпен Сүт қосылған шай Сары май жағылған нан	150/200 150/180 50/60	Жүгері, секер, сары май, сүт Шай, секер,сүт Бидай наны, сары май
Екінші таңғы ас	Алма	60/90	Алма
Түскі ас	Сәбіз- алма салаты Еттен тефтель сорпасы Кепкен алмадан компот Бидай наны	40/60 180/200 150/180 50/70	Сәбіз,алма, секер Ет, күріш, жұмыртқа, картоп, жуа, сәбіз, өсімдік майы, йодталған тұз Кепкен алма ,секер, Вит «С» Бидай наны
Бесінгі ас	Кисель Бөлке	150/180 50/60	Кисель Ұн, ашытқы, секер, сүт май тұз

Медбике: **Галиева Г.Н.**