



**10-күндік жаз – күзгі перспективалық меню
2020-2021 оқу – жылы
I апта**

	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы ас	1. Май, қант қосылған тары ботқасы 2. Май, ірімшікпен батон 3. Тәтті шәй	1. Май, қант қосылған қарақұмық ботқасы 2. Сары май мен ірімшікпен нан. 3. Сүт және қант қосылған какао.	1. Сары май, қант қосылған сүтті бидай ботқасы 2. Сары май мен ірімшікпен нан. 3. Айран «Қарлы»	1. "Достық" ботқасы май, қант қосылған сүт 2. Майы мен джемі бар батон 3. Сүтпен тәтті шай	1. Маймен қайнатылған рожки + консервіленген тәтті жүгері. 2. Май және ірімшік бутерброд 3. Сүт пен қант қосылған шай.
10.00	Көкөніс, вафли	Шырын, печенье	Айран, печенье	Көкөніс, вафли	Кисель
Күндізгі ас	1. Сүйек сорпасында қаймақ қосылған рассольник-сорпа 2. Көкөністермен бұқтырылған тауық еті 3. Кептірілген жемістерден жасалған компот + "С" дәрумені» 4. Бидай наны, қара бидай наны	1. Сүйек сорпасында қаймақпен туралған жұмыртқасы бар қызылша сорпасы 2. Сүт тұздығында пісірілген картоппен ет шницелі 3. Өсімдік майында көкөністен жасалған салаты 4. Жеміс-жидек киселі + "С" витамині 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы бұршақ сорпасы. 2. Сары май қосылған тұшпара. 3. Жаңа піскен көкөніс салаты (пияз, қырыққабат, тәтті жүгері) + өсімдік майы 1. Кептірілген жеміс компоты «С» витамині 2. Бидай наны, қара бидай наны	1. Сүйек сорпасындағы кеспе көже 2. Тауық етінен рагу 3. Өсімдік майындағы жасыл бұршақ қосылған қызылша салаты. 4. Шырын сусыны + «С» дәрумені 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Қаймақ қосылған сүйек сорпасындағы жаңа қырыққабат сорпасы. 2. Бұршақ пюреі қосылған қайнатылған ет суфлесі. 3. Өсімдік майына алма қосылған сәбіз салаты 4. Кептірілген жемістерден жасалған компот + «С» дәрумені 5. Бидай наны, қара бидай наны.
Кешкі ас	1. Картоп, май қосылған вареники 2. Бидай наны 3. "С" витамині+ жеміс-жидек киселі	1. ірімшік-сәбіз пудингі + жеміс тұздығы 2. Бидай наны 3. Қант қосылған шәй	1. Көкөністі солянка 2. Бидай наны 3. Қант, сүт қосылған какао	1. Фрикадельки қосылған балық сорпасы 2. Бидай наны, ірімшік 3. Жеміс- жидекті кисель + «С» дәрумені	1. Сары май қосылған арпа сүтінен ботқа 2. Бидай наны 3. «Қарлы » айран

II апта

	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы ас	1. Сары май, қант қосылған геркулес сүтті ботқасы. 2. Май мен ірімшік қосылған нан 3. Қант пен сүт қосылған шай	1. Сары май, қант қосылған ұнтақ сүтті ботқасы. 2. Маймен батон 3. Қант, сүт қосылған какао	1. Сары май, қант қосылған арпа сүтті ботқасы. 2. Май, ірімшікпен батон 3. Сүтпен шәй	1. Сары май, қант қосылған жүгері ботқасы. 2. Май, ірімшікпен батон 3. Сүт, қант қосылған шәй	1. Сары май, қант қосылған арпа сүтті ботқасы. 2. Май, повидло қосылған батон 3. Сүт қосылған какао
10.00	Көкөніс, вафли	Шырын, печенье	Айран, печенье	Көкөніс	Сүт, вафли
Күндізгі ас	1. Қытырлақ нан қосылған тауық сорпасы 2. Тауық етімен палау 3. Өсімдік майы қосылған тұздалған қияр қосылған қырыққабат салаты. 4. Кептірілген жемістерден жасалған компот + "С" дәрумені 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Қаймақ қосылған сүйек сорпасында қызыл Борщ. 2. Қайнатылған ет қосылған картоп орамы. 3. Өсімдік майдағы сәбіз және пияз салаты 4. Жеміс-жидек киселі+ "С" витамині» 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Жасыл бұршақ қосылған сүйектен қайнатылған сорпа. 2. Қайнатылған макаронмен сүт-қаймақ тұздығындағы қайнатылған еттен гуляш. 3. Өсімдік майы қосылған жаңа піскен көкөністерден жасалған салат 4. Кептірілген жемістерден жасалған компот + "С" дәрумені» 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Қаймақпен сүйек сорпасында көкөністермен бірге дайындалған сорпа. 2. Үй жаркоесі 3. Сарымсақ + өсімдік майы қосылған қызылша салаты. 4. Жеміс-жидек киселі + "С" витамині» 5. Бидай наны, қара бидай наны	1. Сүйек сорпасындағы бұршақ сорпасы 2. Қаракұмық гарнирі бар тұздықтағы котлет 3. Өсімдік майындағы қырыққабат салаты. 4. Шырын сусыны + С дәрумені» 5. Бидай наны, қара бидай наны
Кешкі ас	1. Жасыл бұршақпен омлет 2. Өз шырынындағы сәбіз салаты 3. Бидай наны 4. Жеміс-жидек киселі + "С" витамині»	1. Сүт-жемісті сүзбе-алма пісірмесі 2. Бидай наны 3. Қант қосылған шай	1. Картоп пюресі қосылған поляк балығы+ тұздалған қияр 2. Бидай наны 3. Жеміс-жидек киселі + "С" витамині	1. Сүтті күрішті кулеш 2. Повидло қосылған ватрушки 3. Айран	1. Көкөніс бигусы 2. Бидай наны, ірімшік 3. Қант қосылған шәй