

«Ханшайым» жеке балабақша балаларына берілетін (Жаз - Күз)
10 күндік

АС МӘЗІРІ (3-6 жас)

АС МӘЗІРІ (3-6 жас)

	р/с	Тағам түрлері		мөлшері		р/с	Тағам түрлері		мөлшері
		1 күн					6-күн		
Таңертеңгі ас	1	Күріш ботқасы	180gr	40gr 180gr 10gr	Таңертеңгі ас	1	Достық ботқасы	180gr	40gr 180gr
		Нан	40gr				Нан	40gr	
		Какао	180gr				Шәй	180gr	
		Вафли	10gr						
Түскі ас	2	Витамин салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 180gr 60gr	Түскі ас	2	Витамин салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 60gr 180gr
		Арпа сорпасы	180gr				Үй лапшасы	180gr	
		Макарон	130gr				Күріш	130gr	
		ет	70gr				Ет	70gr	
		Компот	180gr				Қара нан	60gr	
		Қара нан	60gr				Компот	180gr	
Бесінгі ас	3	Банан	150gr	40gr 200gr 5gr	Бесінгі ас	3	Шикі сөк боқасы	180gr	60gr 180gr 150gr
		Нан, маймен	40gr				Нан	60gr	
		Кисель	200gr				Кисель	180gr	
		Печенье	5gr				Мандарин	150gr	
2-күн					7-күн				
Таңертеңгі ас	1	Қарақұм ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr 10gr	Таңертеңгі ас	1	Жарма ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr 100gr
		Шәй	180gr				Какао	180gr	
		Нан тосап	40gr				Нан	40gr	
		Печенье	10gr				Иогурт	100gr	
Түскі ас	2	Сәбіз алма салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 180gr 60gr	Түскі ас	2	Қызанақ қияр салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 180gr 60gr
		Үй лапшасы	180gr				Көкөніс сорпасы	180gr	
		Күріш	130gr				Картоп пюресі	130gr	
		ет	70gr				Ет	70gr	
		Кисель	180gr				Кисель	180gr	
		Қара нан	60gr				Қара нан	60gr	
Бесінгі ас	3	Асылған жұмыртқа	0,5gr	40gr 180gr 150gr	Бесінгі ас	3	Сүт	200gr	40gr 10gr
		Нан сары май	40gr				Бөлке нан тосапмен	40gr	
		Шырын	180gr				Пряник	10gr	
		Алма	150gr						
3-күн					8-күн				
Таңертеңгі ас	1	Геркулес ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr	Таңертеңгі ас	1	Күріш көже	180gr	180gr 180gr 40gr
		Кофе	180gr				Кофе	180gr	
		Нан қаймақпен	40gr				Нан	40gr	
Түскі ас	2	Қызанақ қияр салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 60gr 180gr	Түскі ас	2	Сәбіз, алма салаты	50gr	180gr 130gr 70gr 60gr 180gr
		Капуста сорпасы	180gr				Арпа сорпасы	180gr	
		Картоп пюресі	130gr				Рагу	130gr	
		Ет	70gr				Ет	70gr	
		Қара нан	60gr				Қара нан	60gr	
		Компот	180gr				Компот	180gr	
Бесінгі ас	3	Айран	200gr	40gr 150gr 10gr 180gr	Бесінгі ас	3	Нан, маймен	40gr	150gr 10gr 180gr
		Бөлке нан	40gr				Банан	150gr	
		Печенье	10gr				Печенье	10gr	
		Мандарин	150gr				Кисель	180gr	
4-күн					9-күн				
Таңертеңгі ас	1	Шикі сөк ботқасы	180gr	180gr 180gr 5gr 40gr	Таңертеңгі ас	1	Қарақұмық ботқасы	180gr	180gr 180gr 10gr 40gr
		Шәй	180gr				Шәй	180gr	
		Конфет	5gr				Конфет	10gr	
		Нан, маймен	40gr				Нан, қаймақпен	40gr	
Түскі ас	2	Күріш сорпасы	180gr	130gr 70gr 180gr 60gr	Түскі ас	2	Тефтели сорпасы	180gr	130gr 70gr 180gr 60gr
		Қарақұмық	130gr				Макарон	130gr	
		Ет	70gr				Ет	70gr	
		Компот	180gr				Компот	180gr	
		Қара нан	60gr				Қара нан	60gr	
Бесінгі ас	3	Банан	150gr	40gr 180gr 10gr	Бесінгі ас	3	Айран	200gr	40gr 150gr
		Нан	40gr				Бөлке нан	40gr	
		Кисель	180gr				Мандарин	150gr	
		Пряник	10gr						
5-күн					10-күн				
Таңертеңгі ас	1	Жарма ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr 10gr	Таңертеңгі ас	1	Шикі сөк ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr 10gr
		Какао	180gr				Какао	180gr	
		Нан	40gr				Нан	40gr	
		Печенье	10gr				Печенье	10gr	
Түскі ас	2	Тұлшара сорпасы	180gr	200gr 180gr 60gr	Түскі ас	2	Ас бұршақ сорпасы	180gr	130gr 70gr 180gr 50gr 60gr
		Бұқтырылған капуста	200gr				Қарақұмық	130gr	
		Компот	180gr				Ет	70gr	
		Қара нан	60gr				Компот	180gr	
							Сәбіз, алма салаты	50gr	
							Қара нан	60gr	
Бесінгі ас	3	Қарақұмық ботқасы	180gr	180gr 180gr 40gr 150gr	Бесінгі ас	3	Достық ботқасы	180gr	40gr 180gr 150gr
		Какао сүтпен	180gr				Нан тосап	40gr	
		Нан	40gr				Шырын	180gr	
		Алма	150gr				Алма	150gr	

Мейіркеш: *Ахметова*