



Ас мәзірі
23.01-05.02.2025 ж

Қыс-көктем маусымының екі апталық перспективалық ас мәзірі

Күн	Таңертеңгі ас	Зж-5ж	1ж-3ж	Түскі ас	Зж-5ж	1ж-3ж	Бесін ас	Зж-5ж	1ж-3ж
23 қаңтар	Тары жарма ботқасы Тәтті шай сүтпен Нан сарымаймен 10 30 Кисель	180гр 180гр 40 8гр 180гр	150гр 150гр 25 7гр 150гр	Дарумен салаты Щи қырыққабат сорпасы етпен Күрші етпен Комот Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Балыш картоптан Лимон сусыны	70гр 180гр	60гр 150гр
24 қаңтар	Сүтке піскен сұлы жармасы Тәтті кофе сүтпен Нан сарымаймен 10 30 Жеміс/ Алма	180гр 180гр 40 8г 60гр	150гр 150гр 25 7гр 90гр	Тұзды кнір салаты Бұршақ сорпасы етпен Көкөніс рагуз етпен Лимон сусыны Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Роголики сүзбедеп Кисель	70гр 180гр	60гр 150гр
27 қаңтар	Ұнтақ жарма ботқасы Тәтті сүтпен Нан қайнаған тәтті сүтпен 10 30 Лимон сусыны	180гр 200гр 40 8гр 180гр	150гр 150гр 25 7гр 150гр	Сәбіз,алма салаты Борщ етпен,қаймақпен Макарон етпен Кисель Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Ұй печеньесі Айран	60гр 200гр	50гр 150гр
28 қаңтар	Сүтті макарон Кофе сүтпен Нан сарымаймен 10 30 Жеміс/Алма	180гр 180гр 40 8гр 60гр	150гр 150гр 25 7гр 90гр	Қызылша,алма салаты Рассольник сорпасы етпен Мәңгі тартылған етпен Лимон сусыны Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Көкөніс рагуз Компот	70гр 180гр	60гр 150гр
29 қаңтар	Сүтке піскен қарақұмық Шай лимонмен Нан сарымаймен 10 30 Жеміс/Банан	180гр 180гр 40 8гр 60гр	150гр 150гр 25 7гр 90гр	Қызылша салаты Арпа сорпасы етпен Рагу «Мозайка» етпен Кофе сүтпен Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Тоқаш нан Компот	70гр 180гр	60гр 150гр
30 қаңтар	Тары жарма ботқасы Кофе сүтпен Нан сарымаймен Қайнатылған жұмыртқа 10 30 Компот	180гр 180гр 40 8гр 1 дана 180гр	150гр 150гр 25 7гр 0,5 дана 150гр	Қызылша,алма салаты Көкөніс сорпасы етпен Күрші тауық етпен Лимон сусыны Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Ұй печеньесі Сүт	60гр 200гр	50гр 150гр
31 қаңтар	Ұнтақ жарма ботқасы Тәтті сүтпен Нан тірмшікпен 10 30 Лимон сусыны	180гр 200гр 40 15гр 180гр	150гр 150гр 25 10гр 150гр	Көкөніс салаты Кеспе сорпасы тауық етпен Голубцы етпен Компот Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Күрші запеканкасы Тәтті шай	70гр 180гр	60гр 150гр
3 ақпан	Сүтке піскен сұлы жармасы Шай сүтпен Нан сарымаймен 10 30 Компот	180гр 180гр 40 8гр 180гр	150гр 150гр 25 7гр 150гр	Винегрет салаты Көкөніс сорпасы тауық етпен Қарақұмық етпен Лимон сусыны Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Алма пирогі Кисель	70гр 180гр	60гр 150гр
4 ақпан	Күрші жарма ботқасы Тәтті сүтпен Нан сарымаймен 10 30 Жеміс/Алма	180гр 200гр 40 8гр 60гр	150гр 150гр 25 7гр 90гр	Қызылша салаты Шаруа сорпасы етпен Картоп тауық гуляшмен Компот Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Роголики тәтті қайнаған сүтпен Лимон сусыны	70гр 180гр	60гр 150гр
5 ақпан	Қарақұмық жарма ботқасы Тәтті кофе сүтпен Нан тәтті қайнаған сүтпен 10 30 Компот	180гр 180гр 40 8гр 180гр	150гр 150гр 25 7гр 150гр	Қырыққабат,сәбіз салаты Картоп сорпасы етпен Макарон котлетпен Лимон сусыны Нан	50гр 180гр 130гр 180гр 80гр	40гр 150гр 120гр 150гр 55гр	Ватрушка сүзбедеп Сүт	70гр 200гр	60гр 150гр

Атамекен «бөбекжайы» МКҚК дәмбикесі: Алманова Ж







