Мейірбике: С.Султангалиева

Бекітемін
«Жан-Айнет» жеке меншік
балабақшасы мекемесінің меңгерушісі
Р.Урустемова

## «Жан-Айнет» жеке меншік балабақшасы мекемесінің 2025-2026 оқу жылының екі апталық
## Қыс-Көктем мезгілінің перспективтік ас мәзірінің 2-аптасы

| Күн | Таңертеңгі ас | 2-3ж | 3-5ж | Түскі ас | 2-3ж | 3-5ж | Бесін ас | 2-3ж | 3-5ж |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 күн | Тары сүт боткасы<br>Нан мен сары май<br>Жеміс шәйі | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Күріш сүйек сорпасы<br>Рожки етпен<br>Көкеніс салаты<br>Бидай наны,қара нан<br>Кепкен жемістен компот | 150<br>150<br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>200<br>40<br>40/40<br>180 | Самса картоп қосылған<br>Кисель | 50<br>150 | 60<br>180 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | Бидай наны,қара нан | 20/25 | 40/40 | | | |
| 7 күн | Достық сүт боткасы<br>Нан мен сыр<br>Тәтті шәй лимонмен | 150<br>20/3<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Тефтели сүйек сорпасы<br>Картоп, қырыққабат бұқтырмасы сиыр етімен<br>Көкеніс салаты<br>Итмұрын шәйі<br>Бидай наны,қара нан | 150<br>120/30<br>30<br>150<br>20/25 | 200<br>130/35<br>40<br>180<br>40/40 | Қайнаған сүт<br>Печенье | 150<br>20 | 180<br>20 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 8 күн | Геркулес сүт боткасы<br>Нан мен май<br>Кисель | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Қырыққабат сүйек сорпасы<br>Палау құс етімен<br>Көкеніс салаты<br>Кепкен жемістен компот<br>Бидай наны,қара нан | 150<br>150<br>30<br>150<br>20/25 | 200<br>200<br>40<br>180<br>40/40 | Рогалики<br>Катық | 50<br>150 | 60<br>180 |
| 2 ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 9күн | Жүтері сүт боткасы<br>Нан мен тосап<br>Итмұрын шайы | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Кеспе сүйек сорпасы<br>Бұқ/тан қарақұмық тауық ет<br>Алма қосылған қызылша салаты<br>Бидай наны,қара нан<br>Кисель | 150<br>120/30<br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>130/70<br>40<br>40/40<br>180 | Сүзбе қосылған ватрушка<br>Кепкен жемістен компот | 50<br>150 | 60<br>180 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 10күн | Күріш сүт боткасы<br>Нан мен сыр<br>Клюква шайы | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Сүйек сорпасынан тұшпара<br>Етті картоп бұқтырмасы<br>Көкеніс салаты<br>Бидай наны,қара нан<br>Кепкен жемістен компот | 150<br>150<br>30<br>20/25<br>150 | 180<br>200<br>40<br>40/40<br>180 | Тәтті токаш<br>Жеміс шайы | 50<br>150 | 60<br>180 |

Мейірбике: С.Султангалиева

*Бекітемін*
*«Жан-Айниет» жеке меншік*
*балабақшасы мекемесінің меңгерушісі*
*Р.Урустемова*

**« Жан-Айниет » жеке меншік балабақшасы мекемесінің 2025-2026 оқу жылының екі апталық**
**Қыс-Көктем мезгілінің перспективтік ас мәзірінің 1- аптасы**

| Күн | Таңертенгі ас | 2-3ж | 3-5ж | Түскі ас | 2-3ж | 3-5ж | Бесін ас | 2-3ж | 3-5ж |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1күн | Геркулес сүт боткасы<br>Нан мен тосап<br>Кисель | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Күріш сүйек сорпасы<br>Картоп, қырыққабат бұқтырмасы сиыр етімен<br>Көкөніс салаты<br>Бидай наны,қара нан<br>Кепкен жемістен компот | 150<br>150<br><br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>200<br><br>40<br>40/40<br>180 | Тәтті тоқаш<br>Жеміс шырын | 50<br>150 | 60<br>180 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 2 күн | Жүгері сүт боткасы<br>Нан мен май<br>Жеміс шәйі | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Бұршақ сүйек сорпасы<br>Макарон сиыр етімен<br>Бидай наны,қара нан<br>Көкөніс салаты(қырыққабат,қызанақ)<br>Кисель | 150<br>150<br>20/25<br>30<br>150 | 200<br>200<br>40/40<br>40<br>180 | Тәтті печенье<br>Қайнаған сүт | 20<br>150 | 20<br>180 |
| 2 ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 3 күн | Достық сүт боткасы<br>Нан мен май<br>Тәтті шәй лимонмен | 150<br><br>20/5<br>150 | 200<br><br>30/7<br>180 | Қырыққабат сүйек сорпасы<br>Палау<br>Сәбіз салаты<br>Бидай наны,қара нан<br>Клюква мен облепиха қосылған шәй | 150<br>150<br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>200<br>40<br>40/40<br>180 | Алма қосылған тәтті бәліш<br>Кепкен жемістен компот | 50<br><br>150 | 60<br><br>180 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 4 күн | Тары сүт боткасы<br>Нан мен қаймақ<br>Кисель | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Үй кеспесі сүйек сорпасы<br>тауық еті, бұқтырылған қарақұмық<br>Көкөніс салаты( қияр,қызанақ)<br>Бидай наны,қара нан<br>Тәтті шәй лимонмен | 150<br>120/30<br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>70/130<br>40<br>40/40<br>180 | Бәліш картоп қосылған<br>Қатық | 50<br><br>150 | 60<br><br>180 |
| 2ас | Алма | 60гр | 90гр | | | | | | |
| 5күн | Күріш сүт боткасы<br>Нан мен сыр<br>Клюква мен облепиха қосылған шәй | 150<br>20/5<br>150 | 200<br>30/7<br>180 | Вермишель сүйек сорпасы<br>Манты<br>Көкөніс салаты<br>Бидай наны ,қара нан<br>Кепкен жемістен компот | 150<br>120/60<br>30<br>20/25<br>150 | 200<br>130/70<br>40<br>40/40<br>180 | Қайнатылған жұмыртқа<br>Тәтті шәй лимонмен | 50<br>150 | 60<br>180 |