

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Қостанай қаласы білім бөлімінің №11 бөбекжайы» КМҚК

2025-2026 оқу жылының қысқы-көктемгі мезгіліне арналған перспективтік ас мәзірі

№ р/с	Таңғы ас	салмағы	1 тібасар	салмағы	Түскі ас	салмағы	2-тібасар	салмағы	Кешкі ас	салмағы
1 күн	Сүттегі вермишель сорпасы	150/200	Табиғи шыршын немесе жеміс	13/150	Сарымсақ қосылып, сұйықмайда араластырылған қызылша салаты,	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье	150/180 15/15	Сүтті қарақұмық ботқасы Алма сусыны Бидай ұнынан нан	150/180 150/180 20/30
	Маймен батон	20/35	Тәуық сорпасындағы Ци, қаймақпен	Тауық сорпасындағы Ци, қаймақпен						
2 күн	Сыр	5/7,6/9	Табиғи шыршын немесе жеміс (алма)	130/150	Асбұршақтан шорса.	30/40 150/200 150/180 20/35 25/40	Сүт Печенье	150/180 15/15	Ірімшік пен сәбіз қосылған запеканка. Сүтті соус	150/1805
	Сүттен дақылды сусын	150/180			Кисель					
2 күн	Сүттегі арпа ботқасы	150/200	Табиғи шыршын немесе жеміс (алма)	130/150	Бидай наны,	30/40 150/200 150/180 20/35 25/40	Сүт Печенье	150/180 15/15	Ірімшік пен сәбіз қосылған запеканка. Сүтті соус	150/1805
	Піскен жұмыртқа	1/2			Қарабидайдан нан					
2 күн	Маймен тоқаш,	5/7	Табиғи шыршын немесе жеміс (алма)	130/150	Итмурыннан сусын	30/40 150/200 150/180 20/35 25/40	Сүт Печенье	150/180 15/15	Ірімшік пен сәбіз қосылған запеканка. Сүтті соус	150/1805
	Сүттегі какао.	150/180			Бидай наны,					
2 күн			Табиғи шыршын немесе жеміс (алма)	130/150	Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 20/35 25/40	Сүт Печенье	150/180 15/15	Ірімшік пен сәбіз қосылған запеканка. Сүтті соус	150/1805

3 күн	Сүттегі «Полтавка» боткасы Маймен батон Сыр Жемісті пай	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (апельсин)	130/150	Алмасы бар сәбіз салаты, сұйық майда араласқан Ет сорпасында піскен қызылша сорпасы каймақпен палау (тауық) Лимонды сусын Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүттегі какао Печенье	150/180 15/15	Биточкалар балықтан қартоп пюресімен. Кепкен жемістерден компот Бидай наны	150/180 150/180 20/30
4 күн	Сүттегі жүгері боткасы маймен тоқаш, Сүттегі Цикорий сусыны	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Сұйықмай араластырылған орамжапырақ салаты Ет сорпадағы жасымық сорпасы, каймақпен Биточкасттен (сиыр еті) « Полтавка» боткасы Кисель Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүт тоқаш	150/180 50/60	Ірімшікпен макарон Алма сусыны Бидай наны	150/180 150/180 20/30
5 күн	Геркулес боткасы сүтте Піскен жұмыртқа 1/2 Маймен батон, Жемістен пай	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (банан)	130/150	«Чиполино» салаты сұйықмай қосылған -Харчо сорпасы ет сорпада Хинкали Кепкен жемістерден компот Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Айран Печенье	150/180 15/15	Көкөніс рагуы Лимон сусыны мейізбен Бидай наны	150/180 150/180 20/30
6 күн	« Дружба» сүттегі боткасы Маймен батон, ірімшік « Цикорий» сүттегі сусыны	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Қара өрік қосылған сұйық майда араласқан қызылша салаты, Ет сорпадағы борщ каймақпен Гуляш қосылған қарақұмық боткасы Итмурыннан сусын Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүтті какао Печенье	150/180 15/15	Қаймақ соуспен сырниктер Алмадан сусын Бидай наны	150/180 150/180 20/30
7 күн	Сүттегі 5 дәнді дақыл қосылған ботка Маймен тоқаш Сүттегі дақылды сусын	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (алма)	130/150	Сұйық майда араластырылған қызанақпен орамжапырақ салаты Ет сорпадағы асбұршақ сорпасы. Рожки гуляшпен (тауық еті) Апельсиннен сусын Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье	150/180 15/15	Сәбіз қосылған балық рулеті қаймақ соусы Өрік пен мейіз компоты Бидай наны	150/180 150/180 20/30

8 күн	Сүттегі күріш боткасы Піскен жұмыртқа 1/2 Маймен багон. Сүттегі какао	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (апельсин)	130/150	Сұйықмайда араласқан жанғақ қосылған сөбіз салаты « Шахтерский» салаты каймақпен ет сорпасында Етпен котлет.(сиыр еті) Арпа боткасы Кепкен жемістерден компот Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 20/30	Сүт Үй тоқашы	150/180 50/60	Қайнатылған қырыққабат қосып пісірілген картоп Алмадан сусын Бидай наны	150/180 150/180 20/30
9 күн	Сүттегі тары боткасы Маймен тоқаш, ірімшік Жемісті сусын	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Сұйықмаймен араласқан сарымсақ қосылған қызылша салаты Галушкалармен сорпа, ет сорпада Етпен бұқтырылған қырыққабат (тауық) Кисель Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Айран Печенье	150/180 15/15	Мейіз қосылған ірімшік запеканка Сүтті соус Кепкен жемістерден компот Бидай наны	150/180 150/180 20/30
10 күн	Сүттегі жарма боткасы Піскен жұмыртқа 1/2 Маймен багон Сүттегі дақылды сусын	150/200 1/2 20/35 5/7 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (банан)	130/150	Қара өрік қосылған сұйық майда араласқан қызылша салаты. Лапша сорпасы ет сорпада Татарша азу (тауық) Апельсин мен алма сусыны Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүт Печенье	150/180 15/15	Балық котлеті күрішпен, томат соусы, Лимон сусыны, Бидай наны, Қара бидай наны	150/180 150/180 20/30

11 день	Сүттөгү геркулес боткасы Маймен батон ірімшік. Жемістен шай	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (алма)	130/150	Сұйықмай араласқан мейіз қосылған сәбіз салаты. «Крестьянский» сорпасы е.с. каймақпен. Етпен бұғырлылған қырықбағ (сиыр еті) Итмұрыннан сусын Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Айран Печенье	150/180 15/15	Макарон запеканкасы жұмыртқамен, Алма сусыны Бидай наны.	150/180 150/180 20/30
12 день	Сүттөгү күріш боткасы Маймен тоқаш Піскен жұмыртқа 1/2 «Цикорий» сүттөгү сусыны	150/200 20/35 5/7,1/2 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Алма мен сәбіз қосылып, сұйықмайда араласқан қырықбағ салаты Ет сорпадағы борщ каймақпен Тағарша азу. (тауық еті) Лимон сусыны Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүттөгү какао Печенье	150/180 15/15	Ірімшіктер варениктер Кепкен жемістерден компот Бидай наны	150/180 150/180 20/30
130 день	Сүттөгү Полтавка боткасы Маймен батон ірімшік Сүттөгү какао	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (апельсин)	130/150	Қара өрік қосылған сұйық майда араласқан қызылша салаты, Асбұршақ сорпасы е/с сорпада Гуляшпен макарон (тауық еті) Лимон қосылған итмұрын сусыны Бидай, кара бидай нанлары	30/50 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүт Сәбізбен бәліш (пирожки)	150/180 50/60	«Бухарский» палауы Өрік пен мейіз компоты Бидай наны	150/180 150/180 20/30
14 день	Сүттөгү «Дружба» боткасы Маймен тоқаш Піскен жұмыртқа 1/2 Сүттөгү дақылды сусын	150/200 20/35 5/7, 1/2 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (банан)	130/150	Балғын қияр мен қызанақтан салат, сұйықмай араласқан. Қазақша ет. Етті суфле (сиыр еті) Қарақұмық боткасы Алмадан сусын Бидай, кара бидай нанлары	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кепкен жемістерден компот Ірімшік қосылған королевская вагрушка	150/180 100/120	Бұқтырылған қырықбағпен сута піскен картоп Апельсин сусыны Бидай наны	150/180 150/180 20/30
15 день	Сүтте тары боткасы Маймен батон ірімшік. «Цикорий» сүттөгү сусыны	150/200 20/35 5/7, 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Сұйықмай араласқан мейіз қосылған қызылша салаты. Етті сорпадағы Ши каймақпен. Котлет (сиыр еті) Картоп пюресі Кисель Бидай, кара бидай нанлары	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье	150/180 15/15	Күрші қосылған балық запеканкасы Лимон сусыны Бидай наны	160/180 150/180 20/30

16 күн	Сүттегі жарма ботқасы. Маймен батон, Піскен жұмыртқа 1/2 Жемісті шай	150/200 20/30 5/7 1/2 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (Алма)	130/150	Сұйықмай араласқан қырыққабағ салаты. Ет сорпасында қызылша сорпасы каймақпен Асбұршақ пюресі котлетпен (сиыр еті) Итмұрыннан сусын Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кепкен жемістен компот Мейізбен зразы	150/180 100/120	Қарақұмық ботқасы маймен Сүт Бидай наны	150/180 150/180 20/30
17 күн	Сүттегі арпа ботқасы Маймен тоқаш Ірімшік. Сүттегі какао.	150/200 20/30 5/7,6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Алма қосылған сәбізден салат, сұйық май араасқан. Бұршақ сорпасы е.с. каймақпен Лагман (тауық еті) Лимон сусыны Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Алмдан сусын Печенье	150/180 15/15	Жұмыртқа қосылған балық рулеті Өрік пен мейізден компот Бидай наны.	150/180 150/180 20/30
18 күн	Сүт салма Маймен батон. Піскен жұмыртқа 1/2 Сүттегі дақылды сусын	150/200 20/35, 5/7 1/2 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (апельсин)	130/150	« Чиполино» жуа салаты, сұйықмай араласқан Жасымық сорпасы Үй жарқоесы. (тауық еті) Кепкен жемістерден компот Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Сүттегі какао Тоқаш	150/180 50/60	Ірімшікпен макарон. Апельсин мен алмдан сусын Бидай наны.	150/180 150/180 20/30
19 күн	Сүттегі 5 дәнді дақыл қосылған ботқа Маймен тоқаш Ірімшік. Сүттегі пикорий сусыны	150/200 20/35 5/7 6/9 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс	130/150	Сұйықмаймен араласқан сарымсақ қосылған қызылша салаты «Шахтерский» сорпасына е.с. каймақпен Хинкали (сиыр еті) Алма мен апельсин сусыны Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Ряженка Печенье	150/180 15/15	Көкөніс рагуы. К/ж компот Бидай наны.	150/180 150/180 20/30
20 күн	Жүгері ботқасы. Маймен тоқаш Сүттегі дақылды сусын	150/200 20/35 5/7 150/180	Табиғи шырын немесе жеміс (банан)	130/150	Сұйық майда араластырылған қызанақпен орамжапырақ салаты Лапша сорпасы е.с. Палау. (тауық еті) Кепкен жемістен компот Бидай наны Қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 25/40	Кисель Печенье	150/180 15/15	Қаймақ соуста көкөністермен бұқтырылған балық Қартоп пюресі Лимон сусыны Бидай наны	150/180 150/180 20/30

Ескертпе: өнім берушілердің өнімді жеткізбеуіне, өнімнің осы түріне қажетті ілеспе құжаттарды ұсынбауына байланысты тағамдарды ауыстыруға құқығымызды өзімізде қалдырамыз.

Орындаған: Хамхоева Н.П. тел. 87776472099