



10 күндік көктемгі-жазғы ас мәзірі

	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы ас	Сүтке піскен бидай ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен тары ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен жүгері ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен арпа ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен 5 дәнді ботқасы 150-180-200
	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\7	Бидай нанына жағылған сары май мен ірімшік 30\5-40\7-40\7	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\7	Жұмыртқа 0,50, нан мен сары май 30\5-40\7-40\7	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\7
	Қант қосылған шәй 100-150-200	Какао сүтпен 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Какао сүтпен 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200
Дәрумен	Алма 60-70-90	Жеміс-жидек шырыны С дәруменімен 100-150-200	Алма 60-70-90	Жеміс-жидек шырыны С дәруменімен 100-150-200	Алма 60-70-90
Түскі ас	Қырыққабат пен қияр араласқан салат 40-50-60	Сәбіз салаты 40-50-60	Қияр салаты 40-50-60	Дәруменді салат 40-50-60	Сәбізбен алма қосылған салат 40-50-60
	Сиыр етіне піскен ащы көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен қырыққабат көже 150-180-200	Тауық етіне піскен бұршақ көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен қызылша көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен чечевица көже 150-180-200
	Макарон етпен 60-70-80/ 120-130-150	Тефтели картоп езбесімен 60-70-80/ 120-130-150	Бұқтырылған көхөніс тауық етімен 180-200-250	Балықтан жасалған котлет/ күрішпен 60-70-80 /120-130-150	Қуырдақ 180-200-230
	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40
	Компот С дәруменімен 150-180-200	Каркаде 150-180-200	Компот С дәруменімен 150-180-200	Каркаде 150-180-200	Компот С дәруменімен 150-180-200
Бесін ас	Айран 150-200	Сүтті шәй 150-200	Снежок 150-200 (йогурт)	Шәй лимонмен 150-200	Қайнатылған сүт 150-200
	Пряник 60-70-90	Сәбізден жасалған бәліш (Морковный пирог) 60-70-90	Ойық тоқаш 60-70-90	Ұнтақ себілген тоқаш 60-70-90	Печенье 60-70-90
Кешкі ас	"Бұхар" палауы 180-200-250	Жұмыртқа қосып пісірілген макарон 180-200-250	"Қазақстан" сорпасы 180-200-250	Сүтке піскен вермишель көжесі 180-200-250	Ораманан сәбізбен 180-200-230
	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40
	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Шәй кәмпітпен 100-150-200

	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы ас	Сүтке піскен жүгері ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен 5 дәнді ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен бидай ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен арпа ботқасы 150-180-200	Сүтке піскен тары ботқасы 150-180-200
	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\7	Бидай нанына жағылған сары май мен ірімшік 30\5-40\7-40\7	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\6	Жұмыртка 0,50, нан мен сары май 30\5-40\7-40\7	Бидай наны мен сары май 30\5-40\7-40\7
	Қант қосылған шәй 100-150-200	Какао сүтпен 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Какао сүтпен 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200
Дәрумен	Алма 60-70-90	Жеміс-жидек шырыны С дәруменімен 100-150-200	Алма 60-70-90	Жеміс-жидек шырыны С дәруменімен 100-150-200	Алма 60-70-90
Түскі ас	Дәруменді салат 40-50-60	Сәбіз бен алма салаты 40-50-60	Қияр салаты 40-50-60	Қызанақ салаты 40-50-60	Қырыққабат пен сәбіз араласқан салат 40-50-60
	Сиыр етіне піскен шаруа көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен үрмебұршақ көже 150-180-200	Тауық етіне піскен қызылша көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен күріш көже 150-180-200	Сиыр етіне піскен манпар көже 150-180-200
	Қатпарлы самса 180-200-250	Макарон етпен 180-200-250	Тауық етінен палау 180-200-230	Балықтан жасалған котлет картоп езбесімен 60-70-80/ 120-130-150	Қарақұмық\Гуляш етпен 60-70-80/ 120-130-150
	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40	Ақ нан\Қара нан 25-40-40
	Компот С дәруменімен 150-180-200	Каркаде 150-180-200	Компот С дәруменімен 150-180-200	Каркаде 150-180-200	Компот С дәруменімен 150-180-200
Бесін ас	Снежок (йогурт) 150-200	Сүтті шәй 150-200	Қайнатылған сүт 150-200	Шәй лимонмен 150-200	Айран 150-200
	Вафли 60-70-90	Зебра бәліші (Пирог "Зебра") 60-70-90	Печенье 60-70-90	Ашытылған тоқаш 60-70-90	Ойық тоқаш 60-70-90
Кешкі ас	Қаймақ қосып пісірілген картоп 180-200-230	Сүтке қарақұмық көжесі 180-200-230	Қайнақша (вареники) 180-200-250	Ет қосылған макаронмен запеканка 180-200-250	Сүтке піскен күріш көже 150-180-200
	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40	Бидай наны 30-40-40
	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Қант қосылған шәй 100-150-200	Шәй кәмпітпен 100-150-200