



«Бекітемін»

ҚОББ ҚКББ № 6 «Балбұлақ» балабақшасы

ҚМҚК менгерушісі Нұртасова Г.М.

ҚОББ ҚКББ №6 «Балбұлақ» балабақшасының 3 тен 6 жасқа дейінгі балаларға арналған 10 күндік мәзір тізімі

Жаз –Күз

1ші күн		2ші күн		3 ші күн		4ші күн		5ші күн	
Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік
Жарма ботқасы маймен	180/10г	Күріш ботқасы маймен	180/10г	Шикі сөк ботқасы маймен	180/10г	Қарақұмық ботқасы маймен	180/10г	Арпа ботқасы маймен	180/10г
Бидай нан сары маймен	30/10 г	Бидай нан сары маймен Қара нан	30/10г 40г	Бидай нан сары маймен	30/10 г	Бидай нан сары маймен Қара нан ірімшікпен	30/10г 40/5г	Бидай нан сары маймен	30/10г
Қант қосылған сүтпен шәй	180г	Какао сүтпен	180/40г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г	Какао сүтпен	180г 40 г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г
2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік
Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г
Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік
Арпа сорпасы қаймақпен с/к	180г	Қартоп сорпасы с/к мен	180г	Бұршақ сорпасы с/к	180г	Тауық сорпасы	180г	Үй кеспесе с/к	180г
Рожки жұмыртқамен	230г	Манты етпен	230г	Гуляш тұздық күріш	230г	Спагетти тауық етімен	230г	Котлеттер тұздық карт/езбесі	230г
Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г
Қияр салаты	60г	Қызанақ салаты	60г	Акорам салаты	60г	Қияр салаты	60г	Қызанақ салаты	60г
Қисель	180г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г	Құрғақ жемістен компот	180г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г	Құрғақ жемістен компот	180г
Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік
Пряник	60г	Вафли	60г	Тәтті нан	60г	Токаш	60г	Печенье	60г
Құрғақ жемістен компот	200г	Қисель	200г	Алма шырыны	200г	Қатық	200г	Алма шырыны	200г



«Бекітемін»

ҚОББ ҚҚББ № 6 «Балбұлақ» балабақшасы

КМҚК меңгерушісі Нұртасова Г.М

ҚОББ ҚҚББ №6 «Балбұлақ» балабақшасының 3 тен 6 жасқа дейінгі балаларға арналған 10 күндік мәзір тізімі

Жаз-Күз

бшы күн		7ші күн		8ші күн		9шы күн		10шы күн	
Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік	Таңғы ас	Бөлік
Сұлы ботқасы маймен	180/10г	Күріш көже маймен	180/10г	Қарақұмық ботқасы маймен	180/10г	Жарма ботқасы маймен	180/10г	Тары ботқасы маймен	180/10г
Бидай нан сары маймен	30/10 г	Бидай нан сары маймен Қара нан	30/10г 40г	Бидай нан сары маймен	30/10 г	Бидай нан сары маймен Қара нан ірімшікпен	30/10г 40/5г	Бидай нан сары маймен	30/10г
Сүтпен шәй қант қосылған	180г	Какао сүтпен	180г 40г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г	Какао сүтпен	180г 40г	Қант қосылған сүтпен шәй	180г
2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік	2ші таңғы ас	Бөлік
Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г	Алма	60г
Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік	Түскі ас	Бөлік
Күріш сорпасы с/к	180г	Тұшпара сорпасы с/к	180г	Борщ с/к каймақпен	180г	Тауық сорпасы	180г	Тартылған еттен сорпа(фрикадельки)	180г
Лагман етпен	230г	Тұздықпен қарақұмық	230г	Палау	230г	Тауық, тұздық рожки	230г	Бұқтырылған картошка	230г
Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г	Бидай наны	50г
Ақорам салаты	60г	қияр салаты	60г	Қызанақ салаты	60г	Қияр салаты	60г	Қызанақ салаты	60г
Құрғақ жемістен компот	180г	Кисель	180г	Құрғақ жемістен компот	180г	Кисель	180г	Құрғақ жемістен компот	180г
Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік	Бесін ас	Бөлік
Вафли	60г	Пряник	60г	Печенье	60г	Тәтті нан	60г	Токаш	60г
Алма шырыны	200г	Қатық	200г	Алма шырыны	200г	Сүтпен шәй	200г	Сүт	200г