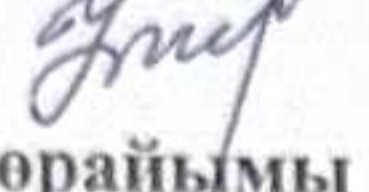


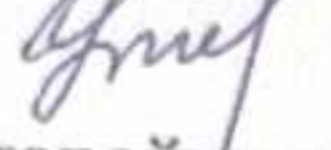
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
менгеруші А.Мырзағалиева



1 күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма ботқасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,055,сүт-0,210гр,тұз-0,005гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020 гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған қырыққабат сорпасы Май қосылған картоп ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,110,қырыққабат -0,180гр,картоп-0,0180гр,пияз-0,180гр,сәбіз-0,0180гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Картоп-0,180гр,,пияз-0,180гр,сәбіз-0,180гр,тұз-0,005гр Шай-0,002гр,секер-0,055гр
Бесін:	Банан	90	Банан-0,150гр Кепкен жеміс-0,020гр,секер-0,035гр
Кешкі ас.	Печенье Компот		Кепкен жеміс-0,020гр,секер-0,035гр Печенье-0,010гр

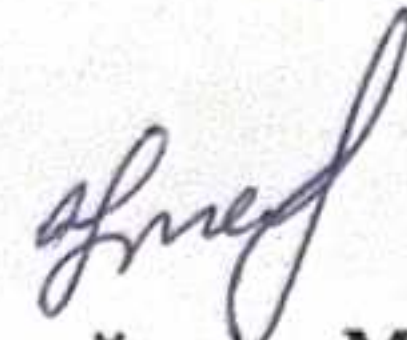
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова


Бекітемін:   
менгеруші А.Мырзагалиева



2күн

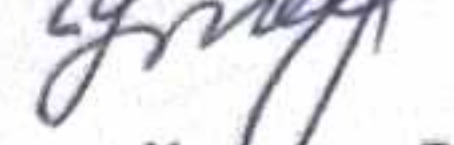
Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Май қосылған ұнтақ жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Ұнтақ жарма -0,030гр,С/май -0,020гр,секер- 0,035,сүт-0,210г,тұз-0,005гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған күріш сорпасы Май қосылған асбұршақ ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сыыр еті-0,110гр,күріш -0,030гр,картоп - 0,0180гр,пияз-0,180гр,сәбіз-0,0180гр, Нан-0,080гр Асбұршақ-0,030гр,с/май -0,007гр,пияз- 0,180гр,сәбіз-0,180гр Шай-0,002гр,секер-0,055гр
Бесін:	Алма	90	Алма-0,090гр
Кешкі ас:	Айран Нан	200 80	Айран-0,200гр Нан-0,080гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
меңгеруші А.Мырзағалиева

3күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020г ,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған кеспе сорпасы Май қосылған қарақұмық ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100,гр,ұн-0,080гр,,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170г,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Қарақұмық-0,030гр,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз-0,0170,с/май -0,0007гр,тұз-0,005гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Компот	200	Кепкен жеміс-0,020гр,секер-0,035гр
Кешкі ас:	Пирожки картоппен Қантты шай	60 200	Ұн-0,08гр,секер-0,035гр,ашытқы-0,001гр,жұмыртқа-0,010гр,Шай-0,002гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
меңгеруші А.Мырзағалиева

4күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт- 0,210гр,тұз-0,005гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,035гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған макарон сорпасы Май қосылған күріш ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100,макарон -0,030гр,картоп- 0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,с/май - 0,007гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Күріш -0,030гр,тұз-0,005гр,пияз-0,170гр,сәбіз- 0,170,с/май -0,00,тұз-0,005гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Алмұрт	90	Алмұрт-0,090гр
Кешкі ас.	Булки Қантты шай	60 200	Ұн-0,080гр,ашытқы-0,001гр,секер- 0,035гр,жұмыртқа-0,010гр,тұз-0,005гр,сүт- 0,0210гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
менгеруші А.Мырзагалиева



5күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Ұнтақ жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Ұнтақ жарма -0,030гр, С/май -0,020гр, секер-0,035, сүт-0,210гр Секер-0,035гр, шай-0,002гр Сары май -0,020гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған қырыққабат сорпасы Май қосылған күріш ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100, қырыққабат -0,22 гр, картоп-0,0170гр, пияз-0,170гр, сәбіз-0,0170гр Нан-0,080гр Күріш -0,030г, пияз-0,170гр, тұз-0,005гр, сәбіз-0,170гр, с/май -0,007гр, тұз-0,005гр Шай-0,002гр, секер-0,035гр
Бесін:	Алма	90	Алма-0,090гр
Кешкі ас:	Шырын Пряник	200 10	Пряник-0,010гр Шырын-0,200гр

Келісемін:

Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова


Бекітемін:

менгеруші А.Мырзагалиева



6 күн

Күні	Мәзір	2-5 жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма ботқасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк -0,030гр, С/май -0,020гр, секер-0,035, сүт-0,210гр, тұз-0,005гр Секер-0,035гр, шай-0,002гр Сары май -0,020гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған күріш сорпасы Май қосылған макарон ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сыыр еті-0,100, күріш-0,030гр, картоп-0,0170гр, пияз-0,170гр, сәбіз-0,0170гр, тұз-0,005гр Нан-0,080гр Макарон -0,030гр, пияз-0,170гр, тұз-0,005гр, сәбіз-0,170гр, с/май -0,007гр Шай-0,002гр, секер-0,035гр
Бесін:	Компот	200	Кепкен жеміс-0,020гр, секер-0,035гр
Кешкі ас:	Чебуреки картоппен Қантты шай	60 200	Ұн-0,080гр, ашытқы-0,001гр, секер-0,035гр, жұмыртқа-0,010гр, тұз-0,005гр, сүт-0,0210гр Шай-0,002гр, секер-0,035гр

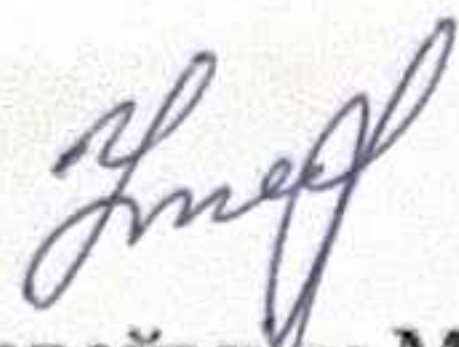
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
менгеруші А.Мырзағалиева



7күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Ұнтақ жарма ботқасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Ұнтақ жарма -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған асбұршақ сорпасы Май қосылған макарон ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100,асбұршақ -0,030гр,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Макарон -0,030гр,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз-0,170гр,с/май -0,007гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Жұмыртқа	10	Жұмыртқа-0,010
Кешкі ас:	Айран Печенье	200 10	Айран-0,200гр Печенье-0,010гр

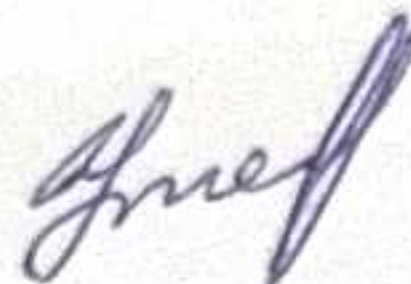
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
меңгеруші А.Мырзағалиева



8күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған күріш сорпасы Май қосылған картоп езбесі Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100гр, күріш -0,030гр,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Картоп -0,170гр,,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз-0,170гр,с/май -0,007гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Банан	90	Банан-0,090
Кешкі ас:	Коржик Қантты шай	60 200	Ұн-0,080гр,ашытқы-0,001гр,секер-0,035гр,жұмыртқа-0,010гр,тұз-0,005гр,сүт-0,0210гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр

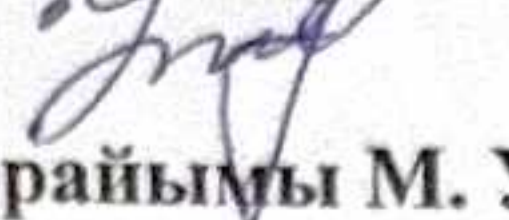
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
меңгеруші А.Мырзағалиева



9күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Ұнтақ жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Ұнтақ жарма -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,035гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған қарақұмық сорпасы Май қосылған макарон ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сыыр еті-0,100гр,макарон -0,030гр,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Қарақұмық -0,030г,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз-0,170гр,с/май -0,007гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Алма	90	Алма-0,090гр
Кешкі ас:	Қайнаған сүт Овсянка печенье	200 10	Сүт-0,200гр Овсянка печенье-0,010гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
меңгеруші А.Мырзағалиева

10 күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Ұнтақ жарма жарма ботқасы Қантты шай сүтпен Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Геркулес -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,035гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған асбұршақ сорпасы Май қосылған күріш ботқасы Нан	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100,ұн-0,080гр,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,тұз-0,005гр,с/май -0,007гр Нан-0,080гр Асбұршақ -0,030г,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз-0,170гр,с/май -0,0007гр Кепкен жеміс-0,020гр секер-0,035гр
Бесін.	Жұмыртқа	10	Жұмыртқа-0,010гр
Кешкі ас:	Самса Қантты шай	60	Самса-0,060гр Шай-0,002гр,Секер-0,035гр