
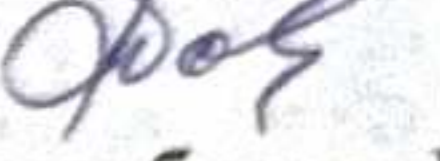


Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

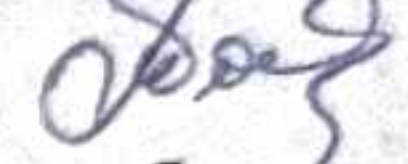
Бекітемін:   
меңгеруші: Толыбаева.Ш.



1 күн

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, тұз-0,005гр Секер-0,035гр, шай-0,002гр Сары май -0,020 гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған күріш сорпасы Май қосылған қарақұмық 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 Қарақұмық-0,030гр, пияз-0,170гр, сәбіз-0,170гр, тұз-0,005гр Шай-0,002гр, секер-0,035гр
Бесін:	Жеміс жидек салаты	60	Алмұрт-0,055гр, алма-0,055гр, банан-0,055гр, мандарин-0,055гр
Кешкі ас:	Компот Печенье	200 10	Кептірілген жеміс-0,020гр Печенье-0,010гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

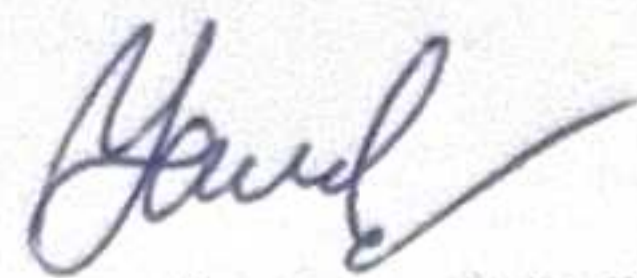
Бекітемін:   
менгеруші :Толыбаева.Ш.



2күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Май қосылған сөк жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк 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 қырыққабат сорпасы Май қосылған геркулес боткасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100гр, қырыққабат -0,220гр,картоп - 0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр, Нан-0,080г Геркулес-0,030гр,с/май -0,007гр,секер-0,035гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін.	Банан	90	Банан-0,090гр
Кешкі ас:	Қантты шай Пряник	200 10	Шай-0,002гр,секеер-0,035гр Пряник-0,010гр

Келісемін:



Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:



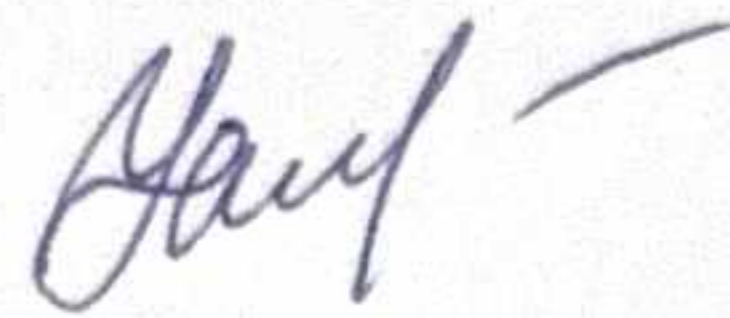
менгеруші :Толыбаева.Ш.



3күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Жүгері жарма ботқасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Жүгері жарма -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:	Тауық еті қосылған вермишель сорпасы Май қосылған асбұршақ ботқасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Тауық еті-0,100,гр,вермишель-0,030 гр,,картоп-0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170г,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Асбұршақ -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:	Алма	90	Алма-0,090гр
Кешкі ас:	Булки Қантты шай	60 200	Ұн-0,08гр,секер-0,035гр,ашытқы-0,001гр,жұмыртқа-0,010гр,Шай-0,002гр,секер-0,035гр

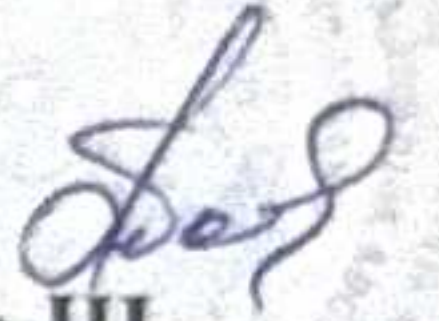
Келісемін:



Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

4күн

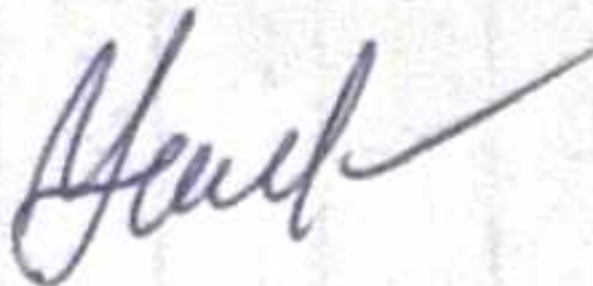
Бекітемін:

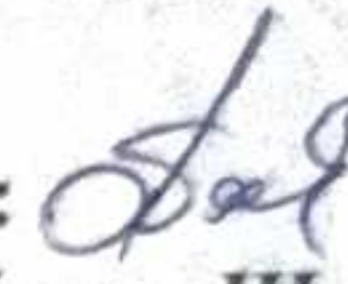


меңгеруші :Толыбаева.Ш.



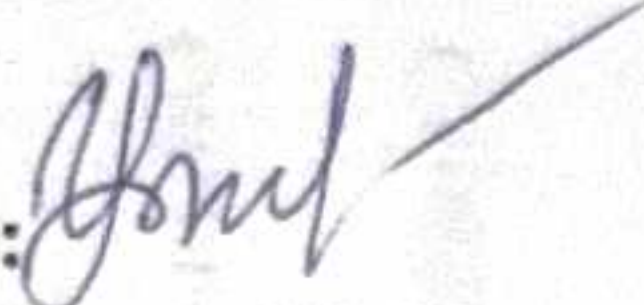
Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Геркулес жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Геркулес -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр,тұз-0,005гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Тауық еті қосылған макарон сорпасы Май қосылған картоп езбесі Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Тауық 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 Картоп -0,170гр,тұз-0,005гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,170,с/май -0,00,тұз-0,005гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Айран Қызылша салаты	200 60	Айран-0,200гр Қызылша -0,220гр
Кешкі ас.	Компот Печенье	200 10	Кепкен жеміс-0,020гр Печенье-0,010гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:   
менгеруші: Толыбаева.Ш.

5 күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Сөк 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:	Тауық еті қосылған асбұршақ сорпасы Май қосылған қарақұмық боткасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Тауық еті-0,100гр, асбұршақ -0,030 гр, картоп-0,0170гр, пияз-0,170гр, сәбіз-0,0170гр Нан-0,080г Қарақұмық-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:	Қантты шай Самса	200 60	Шай-0,002гр, секер-0,035гр Самса-0,060гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

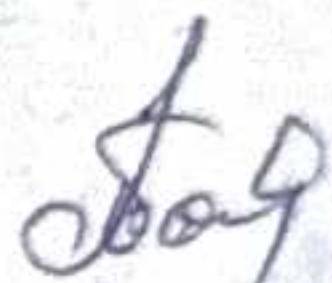
Бекітемін:   
менгеруші: Толыбаева.Ш.

6 күн

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,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 Компот	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100,күріш -0,030гр,картоп- 0,0170гр,пияз-0,170гр,сәбіз-0,0170гр,тұз-0,005гр Нан-0,080гр Макарон -0,030г,пияз-0,170гр,тұз-0,005гр,сәбіз- 0,170гр,с/май -0,007гр Кепкен жеміс-0,020гр
Бесін:	Банан	90	Банан-0,090гр
Кешкі ас:	Печенье Қантты шай		Печенье-0,010гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

7күн


Бекітемін:   
менгеруші :Толыбаева.Ш.



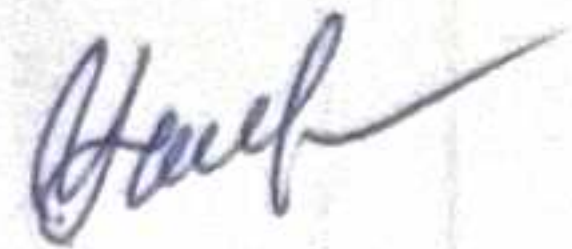
Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Жүгері жарма боткасы Қантты шай Май жағылған нан	180/200 180/200 40/20	Жүгері жарма -0,030гр,С/май -0,020гр,секер-0,035,сүт-0,210гр Секер-0,035гр,шай-0,002гр Сары май -0,020гр,нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған кеспе сорпасы Май қосылған асбұршақ боткасы Нан Қантты шай	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 Нан-0,080гр Асбұршақ -0,030гр,,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:	Қантты шай Қызылша салаты	200 60	Шай-0,002гр,секер-0,035гр Қызылша-0,220гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

8күн

  
Бекітемін:  
менгеруші: Толыбаева.Ш.

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Геркулес жарма боткасы Қантты шай 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 -0,020гр, нан-0,080гр
Түскі ас:	Ет қосылған макарон сорпасы Май қосылған күріш боткасы Нан Қантты шай	180/200 180/200 40 180/200	Сиыр еті-0,100гр, макарон -0,030гр, картоп-0,0170гр, пияз-0,170гр, сәбіз-0,0170гр, тұз-0,005гр Нан-0,080гр Күріш -0,030гр,, пияз-0,170гр, тұз-0,005гр, сәбіз-0,170гр, с/май -0,007гр Шай-0,002гр, секер-0,035гр
Бесін:	Ірімшік Сәбіз салаты	5 60	Ірімшік-0,005гр Сәбіз-0,220гр
Кешкі ас:	Айран Печенье	200 10	Айран-0,200гр Печенье-0,010гр

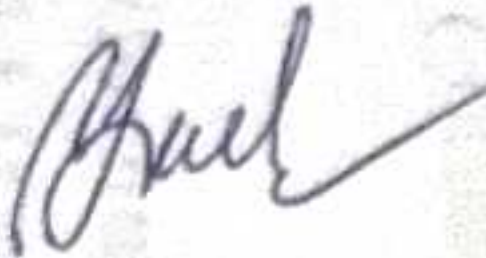
Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

9 күн

Бекітемін:  
менгеруші :Толыбаева:Ш.



Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Ұнтақ жарма боткасы Қантты шай Нан май жағылған	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 ,Нан-0,080гр,сары май-0,020гр
Түскі ас:	Ет қосылған қырыққабат сорпасы Май қосылған қарақұмық боткасы Нан Компот	180/200 180/200 40 180/200	Сыыр еті-0,100гр, қырыққабат-0,220гр,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 Кепкен жеміс-0,020гр,секер-0,035гр
Бесін:	Коржик	60	Коржик-0,060гр
Кешкі ас:	Қайнаған сүт Нан	200 80	Сүт-0,200гр Нан-0,080гр

Келісемін:   
Кәсіподақ төрайымы М. Утеуова

Бекітемін:  
меңгеруші: Толыбаева.Ш.



10 күн

Күні	Мәзір	2-5жас	Тамақтың анықтамасы
Таңғы ас:	Сөк жарма жарма боткасы Қантты шай сүтпен Нан май жағылған	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 тұшпара сорпасы Май қосылған геркулес ботқасы Нан Қантты шай	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 Геркулес -0,030 гр,тұз-0,005гр,с/май -0,007гр,секер-0,035 Шай-0,002гр,секер-0,035гр
Бесін:	Алма	90	Алма -0,090гр
Кешкі ас.	Самса Қантты шай	60 200	Самса-0,060гр Шай-0,002гр,секер-0,035гр