

**ТӨРТ АПТАЛЫҚ ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ МАУСЫМДЫҚ
(ЖАЗ-КҮЗ) АС МӘЗІРІ**

Күні	Тағамдардың атауы	Дарын
		Тағам шығысы, гр/мл
1 апта 1 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ жарма ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	75/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Қара бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түскі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Харчо сорпасы с/қ	280гр
	Бешбармақ	270гр
	Айран	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Балық кесектері	100гр
	Гарнир; Макарон соуспен	150/10гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаштары (ватрушки)	90гр
	Айран	200гр
1 апта 2 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	75/20гр
	Жеміс қосылған сүзбе	100гр
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	10\5гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/10гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Минестрон сорпасы с/қ	280гр
	Фарышталған болгар бұрышы	100гр
	Гарнир; Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Жемістер	140гр

	Кешкі ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Нан палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/20гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Балдан жасалған пирог	80гр
	Айран	200гр
1 апта 3 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен тары ботқасы	250 гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Бал	20гр
	Шай	200 гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	70/25гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Қаймақ қосылған борщ	250/10гр
	Ет қосылған Палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Жемістер	140гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Тауық етінен жасалған Чахохбили	100гр
	Гарнир:Қайнатылған арпа	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Алма запеканкасы	80гр
	Айран	200гр
1 апта 4 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен 3 дәнді дақылдар ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен қаймақ	70/20гр
	Жемістер	140гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Түстік ас	
	Сәбіз салаты	100гр
	Күріш сорпа с/қ	280гр
	Сүт соусының астында пісірілген балық	100гр
	Гарнир:Пеште піскен картоп	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Шырындар	200гр

	Кешкі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Дымляма	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Самса картоппен	90гр
	Айран	200гр
1 апта 5 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ ботқасы	250гр
	Бидай наны, сары май	60/20гр
	Жеміс қосылған сүзбе	100гр
	Кептірілген жемістер (мейіз)	2
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200 гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/15гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түскі ас	
	Ет қосылған салат	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	280гр
	Котлет	100гр
	Гарнир: Бұршақ езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/60гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	35гр
	Кептірілген жемістер (жаңғақ)	10/5гр
	Лимон қосылған шай	200 гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Лагман	270гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/60гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
1 апта 6 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Жеміс қосылған сүзбе	100гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	5/10гр
	Жемістер	130гр
	Шырындар	200гр
	Түскі ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Рассольник сорпасы с/қ	300/10гр
	Гуляш	100гр
	Гарнир Қарақұмық	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	

		100гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Етпен қуырылған картоп	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
1 апта 7 күн	Сүтке піскен жүгері ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Бал	20гр
	Шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	70/20/20гр
	Шырындар	200гр
	Жемістер	130гр
	Түстік ас	
	Винегрет салаты	100гр
	Бұршақ сорпасы с/қ	300гр
	Тефтели	100гр
	Гарнир;Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/60гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Шырындар	200гр
	Кешкі ас	
	Қырыққабат салаты	100гр
	Манпар	300гр
	Қара бидай наны мен бидай наны	90/80гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
2 апта 1 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ жарма ботқасы	250гр
	Бидай наны, сары май мен ірімшік	75/20/20гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны пен қаймақ	80/20гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Қызылша сорпасы с/қ	280гр
	Манты	250гр
	Айран	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр

	Жемістер	130гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Сәбіз салаты	100гр
	Дымляма	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80гр
	Сүт қосылған тәтті шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Томпақ тоқаштар	90гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
2 апта 2 күн	Сүтке піскен 3 дәнді дақылдар ботқасы	250гр
	Бидай наны сары майы мен жеміс қосылған сүзбе	70/20/100гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	5/10гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Кондитерлік өнімдер	15гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	300гр
	Ет қосылған Палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	15гр
	Жемістер	140гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Баялды салаты	100гр
	Балық котлеті	100гр
	Гарнир: Макарон соуспен	150/10гр
	Қара бидай наны, бидай наны	120/80гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаш картоп езбесімен	80гр
	Айран	200гр
2 апта 3 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен тары ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Бал	20гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Борщ с/қ (қаймақпен)	300/10гр
	Тауық етінен жасалған Чахохбили	100гр
	Гарнир: Қарақұмық	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр

	Кептірілген жеміс компоты	200 гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Жемістер	140гр
	Кешкі ас	
	Жана піске көкөніс салаты	100гр
	Нан палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80 гр
	Қант қосылған шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Балдан жасалған пирог	90гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
2 апта 4 күн	Сүтке піскен ұнтақ ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны пен қаймақ	80/40гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Винегрет салаты	100гр
	Маш пен күріш сорпасы с/қ	300 гр
	Пеште пісірілген балық	100гр
	Балық тұздығы	30гр
	Гарнир: Макарон	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Көкөністерден әзірленген Салат	100гр
	Құс етімен қуырылған картоп	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/80гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаш ірімшікпен	90гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны, сары май мен жеміс қосылған сүзбе	70/20/100гр
	Тәтті шай сүтпен	200гр
	Кептірілген жемістер (жаңғақ, мейіз)	10\5
	Бал	20гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/20гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Қызыл бұршақ сорпасы с/қ	300гр

2 апта 5 күн	Тефтели	100гр
	Гарнир: Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	45гр
	Шырындар	200гр
	Кешкі ас	
	Сәбіз бен қиярдан салат	80гр
	Лагман	300гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Шырындар	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
2 апта 6 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен тары ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Шырындар	200гр
	Жемістер	130гр
	Түстік ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Қолдан кеспе сорпасы с/қ	300гр
	Гуляш	100гр
	Гарнир: Бұршақ езбесі	150 гр
	Кептірілген жеміс компоты	200 гр
	Қосымша ас	
	Сырниктер	70гр
	Шай	200гр
	Кешкі ас	
	Витамин салаты	100гр
	Дымляма	280гр
	Қара бидай наны, бидай наны	50/60гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Жемістер	130гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Бал	20гр
	Шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Қара бидай наны мен ірімшік	100/15гр
	Жемістер	130гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөністерден салат	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	300гр

2 апта 7 күн	Тефтели	100гр
	Гарнир: Пеште піскен картоп	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30 гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/30гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Қызылша салаты	100гр
	Етпен көкөніс қуырмасы	280гр
	Қант қосылған шай	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30 гр
	Айран	200 гр
3 апта 1 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ жарма ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	75/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Қара бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түскі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Харчо сорпасы с/қ	280гр
	Бешбармақ	270гр
	Айран	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай,з	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Балық кесектері	100гр
	Гарнир;Макарон соуспен	150/10гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаштары (ватрушки)	90гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май, жеміс қосылған сүзбе	75/20/100гр
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	5/10гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/10гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр

3 апта 2 күн	Түстік ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Минестрон сорпасы с/қ	280гр
	Фарышталған болгар бұрышы	100гр
	Гарнир;Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/60гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Манпар	280гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/60гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Балдан жасалған пирог	80гр
	Айран	200гр
3 апта 3 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен тары ботқасы	250 гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Бал	20гр
	Шай	200 гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	70/25гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Қаймақ қосылған борщ	250/10гр
	Ет қосылған Палау	250гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Жемістер	140гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Тауық етінен жасалған Чахохбили	100гр
	Гарнир:Қайнатылған арпа	150гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Алма запеканкасы	80гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен 3 дәнді дақылдар ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен қаймақ	70/20гр
	Жемістер	140гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр

3 апта 4 күн	Түстік ас	
	Сәбіз салаты	100гр
	Күріш сорпа с/қ	280гр
	Сүт соусының астында пісірілген балық	100гр
	Гарнир:Пеште піскен картоп	150гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Шырындар	200гр
	Кешкі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Дымляма	250гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/70гр
	Тәтті шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Самса картоппен	90гр
	Айран	200гр
3 апта 5 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ ботқасы	250гр
	Бидай наны,сары май мен жеміс қосылған сүзбе	60/20/100гр
	Кептірілген жемістер (мейіз)	10/5гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200 гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/15гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түскі ас	
	Ет қосылған салат	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	280гр
	Котлет	100гр
	Гарнир:Бұршақ езбесі	150гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/60гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	35гр
	Кептірілген жемістер (жаңғақ)	10/5гр
	Кептірілген жеміс компоты	200 гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Лагман	270гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/60гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Жеміс қосылған сүзбе	100гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	5/10гр
	Жемістер	130гр
	Шырындар	200гр

3 апта 6 күн	Түскі ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Рассольник сорпасы с/қ	300/10гр
	Гуляш	100гр
	Гарнир Қарақұмық	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Алма запеканкасы	100гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Етпен қуырылған картоп	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
3 апта 7 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен жүгері ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	70/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Бал	20гр
	Шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Бидай наны мен ірімшік	70/20/20гр
	Шырындар	200гр
	Жемістер	130гр
	Түстік ас	
	Винегрет салаты	100гр
	Бұршақ сорпасы с/қ	300гр
	Тефтели	100гр
	Гарнир;Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/60гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Балық кесектері	100гр
	Қара бидай наны,бидай наны	90/80гр
	Шырындар	200гр
	Кешкі ас	
	Қырыққабат салаты	100гр
	Манпар	300гр
	Қара бидай наны мен бидай наны	90/80гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ жарма ботқасы	250гр
	Бидай наны, сары май мен ірімшік	75/20/20гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны пен қаймақ	80/20гр
	Шырындар	200гр

4 апта 1 күн	Түстік ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Қызылша сорпасы с/қ	280гр
	Манты	250гр
	Айран	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Жемістер	130гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Сәбіз салаты	100гр
	Дымляма	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80гр
	Сүт қосылған тәтті шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Томпақ тоқаштар	90гр
	Айран	200гр
4 апта 2 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен 3 дәнді дақылдар ботқасы	250гр
	Бидай наны сары майы мен жеміс қосылған сүзбе	70/20/100гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Кептірілген жемістер (кептірілген өрік/мейіз)	5/10гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Кондитерлік өнімдер	15гр
	Жемістер	140
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөніс салаты	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	300гр
	Ет қосылған Палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	15гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Баялды салаты	100гр
	Балық котлеті	100гр
	Гарнир: Макарон соуспен	150/10гр
	Қара бидай наны, бидай наны	120/80гр
	Шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаш картоп езбесімен	80гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен тары ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Бал	20гр
	Тәтті шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Шырындар	200гр

4 апта 3 күн	Түстік ас	
	Жаңа піскен қияр салаты	80гр
	Борщ с/қ (қаймақпен)	300/10гр
	Тауық етінен жасалған Чахохбили	100гр
	Гарнир: Қарақұмық	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Лимон қосылған шай	200 гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Жемістер	140гр
	Кешкі ас	
	Жаңа піске көкөніс салаты	100гр
	Нан палау	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80 гр
	Қант қосылған шай	200 гр
	Қосымша кешкі ас	
	Балдан жасалған пирог	90гр
	Айран	200гр
4 апта 4 күн	Таңғы ас	
	Сүтке піскен ұнтақ ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Сүт қосылған шай	200гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны пен қаймақ	80/40гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр
	Түстік ас	
	Винегрет салаты	100гр
	Маш пен күріш сорпасы с/қ	300 гр
	Пеште пісірілген балық	100гр
	Балық тұздығы	30гр
	Гарнир: Макарон	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Кептірілген итмұрын компоты	200гр
	Кешкі ас	
	Көкөністерден әзірленген Салат	100гр
	Құс етімен қуырылған картоп	250гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/80гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Тоқаш ірімшікпен	90гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны, сары май мен жеміс қосылған сүзбе	70/20/100гр
	Тәтті шай сүтпен	200гр
	Кептірілген жемістер (жаңғақ, мейіз)	10/5гр
	Бал	20гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	30/20гр
	Жемістер	140гр
	Шырындар	200гр

4 апта 5 күн	Түстік ас	
	Көкөніс салаты	100гр
	Қызыл бұршақ сорпасы с/қ	300гр
	Тефтели	100гр
	Гарнир: Картоп езбесі	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	45гр
	Шырындар	200гр
	Кешкі ас	
	Сәбіз бен қиярдан салат	80гр
	Лагман	300гр
	Қара бидай наны, бидай наны	100/70гр
	Шырындар	200гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
4 апта 6 күн		
	Сүтке піскен тары ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Пісірілген жұмыртқа	50гр
	Қоюландырылған сүт қосылған шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Бидай наны мен ірімшік	80/20гр
	Шырындар	200гр
	Жемістер	130гр
	Түстік ас	
	Қызыл бұршақ салаты	100гр
	Қолдан кеспе сорпасы с/қ	300гр
	Гүляш	100гр
	Гарнир: Бұршақ езбесі	150 гр
	Кептірілген жеміс компоты	200 гр
	Қосымша ас	
	Сырниктер	70гр
	Шай	200гр
	Кешкі ас	
	Витамин салаты	100гр
	Дымляма	280гр
	Қара бидай наны, бидай наны	50/60гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Жемістер	130гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30гр
	Айран	200гр
	Таңғы ас	
	Сүтке піскен сұлы ботқасы	250гр
	Бидай наны мен сары май	80/20гр
	Бал	20гр
	Шай	200гр
	Қосымша таңғы ас	
	Қара бидай наны мен ірімшік	100/15гр
	Жемістер	130гр
	Шырындар	200гр

4 апта 7 күн	Түстік ас	
	Жаңа піскен көкөністерден салат	100гр
	Авголемоно сорпасы с/қ	300гр
	Тефтели	100гр
	Гарнир: Пеште піскен картоп	150гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/70гр
	Кептірілген жеміс компоты	200гр
	Қосымша ас	
	Кондитерлік өнімдер	30 гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/30гр
	Лимон қосылған шай	200гр
	Кешкі ас	
	Қызылша салаты	100гр
	Етпен көкөніс қуырмасы	280гр
	Қант қосылған шай	200гр
	Қара бидай наны, бидай наны	90/80гр
	Қосымша кешкі ас	
	Кондитерлік өнімдер	30 гр
	Айран	200 гр