



2025 жылдың 20 күндік перспективалық мәзірі (қыс-көктем)

	Таңғы ас	шығуы	2-ші таңғы ас	шығуы	Түскі ас	шығуы	Түстік ас	шығуы	Кешкі ас	шығуы
1-ші күн	1. Сүтті күріш ботқасы 2. Сүтті, қантты какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа қырыққабат пен сәбіз салаты 2.Қаймақ қосылған бұлғыр сорпасы (к.б.) 3.Тауық етінен дайындалған тефтели, бұқтырылған көкөністермен 4.Каркаде шайы 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Айран. 2.Крокет	150/200 10/20	1.Сүт соусы қосылған сүзбе запеканкасы 2.Кептірілген жеміс компоты 3.Бидай, қара бидай наны	130/150 10/20 150/180 20/35 15/30
2-ші күн	1.Сары май қосылған сүтті макарон сорпасы 2.Сүтті, қантты дәмді сусын 3.Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған сәбіз салаты 2.Қаймақ қосылған қызылша 3.Ет қосылған қарақұмық 4.Кептірілген жеміс компоты 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Снежок 2.Қақталған нан шығыршықтары	150/200 10/20	1.Көкөніс бұқтырмасы. 2.Алма мен кептірілген өрік компоты. 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/30
3-ші күн	1.Геркулес сүт ботқасы 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа қияр мен қырыққабат салаты 2.Қаймақ қосылған бұршақ сорпасы 3. Сіыр етінің палауы 4.Кептірілген жеміс компоты 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Қайнатылған сүт 2.Түсті тоқаш.	120/130 40/50	1.Сары май қосылған қарақұмық 2.Жеміс шайы. 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/30
4-ші күн	1.Ірімшік қосылған омлет 2.Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 3/5 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қызылша пен қырыққабат салаты. 2.Сорпа, жұмыртқа кеспесі. 3. Бұлғыр қосылған балық котлетасы 4.Лимон, қант қосылған су 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Ряженка 2.Крокет	150/200 10/20	1. Сіыр еті қосылған макарон 2.Кептірілген жеміс компоты 3.Бидай, қара бидай наны	150/180 150/180 20/35 15/30
5-ші күн	1.Сүтті бидай ботқасы 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған сарымсақ қызылша салаты. 2.Қаймақ қосылған жаңа қырыққабаттан алынған борщ. 3.Картоп пюресі қосылған тұздық қосылған қайнатылған сіыр етінен жасалған сіыр еті. 4.Кептірілген жеміс компоты. 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Айран. 2.Вафли.	150/200 16/16	1.Бұқтырылған көкөністер 2.Алма мен кептірілген өрік компоты 3.Бидай, қара бидай наны	130/150 2/3 150/180 20/35 15/30

	Таңғы ас	шығуы	2-ші таңғы ас	шығуы	Түскі ас	шығуы	Түстік ас	шығуы	Кешкі ас	шығуы
6-шы күн	1.Вермишель қосылған сүт сорпасы 2.Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған көкөніс салаты 2.Сорпа кеспе 3.Тауық суфлесі, гарнир-қызанақ қосылған күріш жармасы 4.Каркаде шайы 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Ряженка. 2.Крокет	150/200 10/20	1.Қаймақ қосылған сүзбе ірімшіктері 2. Кептірілген жеміс компоты 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/30
7-ші күн	1. Сүт тары ботқасы 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	1шт/1шт 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Жаңа қырыққабат пен қайнатылған қызылша салаты 2. Жасымық сорпасы 3. Пісірілген ет орамдары 4. Кептірілген жеміс компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Айран . 2.Ірімшік тоқашы	150/200 40/50 3/5	1.Сүт арпа ботқасы 2. Жеміс шайы 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 160/180 20/35 15/20
8-ші күн	1. Жұмыртқа қайнатылған 2.Қант қосылған сүт қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған сарымсақ сәбіз салаты. 2. Харчо сорпасы 3. Жаркое 4.Кептірілген жеміс компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/30 15/30	1.Йогурт 2 Крокет	150/200 10/20	1.Бұқтырылған қырыққабат 2.Жеміс шайы кәмпитпен 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 16/16 20/30 15/30
9-шы күн	1. «Дружба» ботқасы. 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа қияр мен қырыққабат салаты 2.Қаймақ қосылған жаңа қырыққабат сорпасы 3.Бұршақ қосылған азу 4.Жеміс шайы 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Айран. 2.Вафли.	150/200 16/16	1. Қаракұмық жармасы бар балық котлеттері 2.Лимон мен алма, қант қосылған сусын 3. Бидай, қара бидай наны	150/180 150/180 3/3 20/35 15/30
10-шы күн	1. Сүтті бидай ботқасы 2.Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қызанақ пен қырыққабат салаты. 2. Рассольник 3.Макарон қосылған ет пирогтары 4.Алма мен кептірілген өрік компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Қайнатылған сүт 2.Пряник.	120/130 30/30	1.Сүтті жүгері ботқасы 2.Каркаде шайы 3.Бидай, қара бидай наны	130/150 150\180 20/35 15/30

Ескерту: өнім жеткізушілер тарапынан өнімнің жеткізілмеуіне, сондай-ақ осы өнім түріне қажетті ілеспе құжаттардың ұсынылмауына байланысты тағамдарды алмастыру құқығын өзімізде қалдырамыз.

2025 жылдың 20 күндік перспективалық мәзірі (қыс-көктем)

	Таңғы ас	шығуы	2-ші таңғы ас	шығуы	Түскі ас	шығуы	Түстік ас	шығуы	Кешкі ас	шығуы
11-ші күн	1.Сүт ботқасы бидай 2.Сүт, қант қосылған какао 3.Май жағылған батон	130/200 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған қырыққабат салаты. 2.КБ-да вермишель қосылған сорпа. 3.Тауық еті қосылған қарақұмық. 4.Кептірілген жеміс компоты. 5.Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Снежок 2.Крокет	150/200 10/20	1.Қаймақ қосылған сүзбе запеканкасы 2.Жеміс шайы 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 10/20 150/180 20/35 15/30
12-ші күн	1. Ірімшік қосылған омлет. 2. Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 3/5 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майымен қайнатылған қызылша салат 2.Қаймақ қосылған борщ 3.Сиыр етінің палауы 4.Қаркаде шайы 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Ряженка 2.Қақталған нан шығыршықтары	150/200 10/20	1.Сүтті жүгері ботқасы 2.Кептірілген жеміс компоты 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/30
13-ші күн	1.Дәнді дақылдардан жасалған сүт ботқасы 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа қияр мен қырыққабат салаты 2.Бұршақ сорпасы 3.Ет қосылған көкөніс бұқтырмасы 4.Итмұрын компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Қайнатылған сүт 2.Түсті тоқаш	120/130 40/50	1.Сары май қосылған макарон 2.Жеміс шайы 3. Бидай, қара бидай наны	150/180 150/180 20/35 15/30
14-ші күн	1.Сүт күріш ботқасы 2.Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қызанақ пен қырыққабат салаты 2.Қаймақ қосылған харчо сорпасы 3. Сары майға картоп поресі қосылған балық суфлесі 4.Лимон мен алма қосылған шай, қант қосылған 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Айран 2.Пряник	150/200 30/30	1. Сиыр еті қосылған қарақұмық 2.Кептірілген жеміс компоты 3. Бидай, қара бидай наны	150/180 150/180 20/35 15/30
15-ші күн	1.Сүт арпа ботқасы 2.Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1.Өсімдік майы қосылған сарымсақ қызылша салаты 2.Қаймақ қосылған жасымық сорпасы 3.Тары жармасы, қызанақ тұздығы қосылған ет пирогы 4.Жеміс шайы 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1.Ряженка 2.Крокет	150/200 16/16	1.Бұқтырылған қырыққабат 2. Кептірілген жеміс компоты 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 2/3 150/180 20/35 15/30

	Таңғы ас	шығуы	2-ші таңғы ас	шығуы	Түскі ас	шығуы	Түстік ас	шығуы	Кешкі ас	шығуы
16-шы күн	1. Вермишель қосылған сүт сорпасы. 2. Сүт, қант қосылған жарма сусын 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1. Өсімдік майымен жаңа қырыққабат пен алма қосылған салаты 2. Қаймақ қосылған тауық сорпасындағы қырыққабат сорпасы 3. Бұлғыр қосылған тауық еті 4. Кептірілген жеміс компоты. 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Йогурт. 2. Крокет	150/200 10/20	1. Қаймақ соусы бар сүзбе запеканкасы 2. Жеміс шайы 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 10/20 150/180 20/35 15/30
17-шы күн	1. «Дружба» сүт ботқасы (күріш-қарақұмық жармасы) 2. Сүт, қант қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	1д/1д 3/5 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1. Өсімдік майы қосылған қырыққабат және қайнатылған қызылша салаты 2. Сорпа 3. Картоп пюресі қосылған ет пирогтары 4. Жеміс шайы 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Айран 2. Вафли	150/200 16/16	1. Көкөніс запеканкасы 2. Кептірілген жеміс компоты 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/20
18-ші күн	1. Сүтті бидай ботқасы 2. Қант қосылған сүт қосылған жарма сусыны 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1. Өсімдік майы қосылған жаңа қияр мен қырыққабат салаты. 2. Қаймақ қосылған рассольник 3. Макарон қосылған азу 4. Цитрус компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Снежок 2. Түсті тоқаш	150/200 40/50	1. Сүт арпа ботқасы 2. Жеміс шайы кәмпитпен 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 16/16 20/35 15/30
19-шы күн	1. Геркулес сүт ботқасы. 2. Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1. Өсімдік майы қосылған көкөніс салаты 2. Бұршақ сорпасы 3. Бұқтырылған көкөністер қосылған балық пирогы 4. Лимон мен алма, қант қосылған шай 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Ряженка 2. Крокет	150/200 10/10	1. Сиыр етінің палауы 2. Алма мен кептірілген өрік компоты 3. Бидай, қара бидай наны	150/180 150/180 20/35 15/30
20-шы күн	1. Омлет 2. Сүт, қант қосылған какао 3. Май жағылған батон	130/150 150/180 20/40 5/7	көкөністер немесе жемістер	30/40 100/100	1. Өсімдік майы қосылған жаңа піскен қызанақ пен қырыққабат салаты 2. Жұмыртқа кеспесі. 3. Пісірілген ет орамдары 4. Итмұрын компоты 5. Бидай, қара бидай наны	30/40 150/200 150/180 150/180 20/35 15/30	1. Қайнатылған сүт 2. Ірімшік тоқашы	120/130 40/50	1. Жүгері сүті ботқасы, 2. Кептірілген жеміс компоты. 3. Бидай, қара бидай наны	130/150 150/180 20/35 15/30

Ескерту: өнім жеткізушілер тарапынан өнімнің жеткізілмеуіне, сондай-ақ осы өнім түріне қажетті ілеспе құжаттардың ұсынылмауына байланысты тағамдарды алмастыру құқығын өзімізде қалдырамыз.