

Бекітемін:
ТОО «ЕСКАМ» директоры:
Кулайбергенова.Г.Ж


2025.05.01. 2026 ж

2025-2026 оқу жылына

Өркен бағабакшасының мектепке дейінгі ұйымдарында тәрбиеленетін балалардың
жас мөлшері (3 жастан 5) жасқа дейінгі тамаққа 4 апталық ас мазірі

Қыс – көктем

Келісім:

Ата-аналар комитеті:

Сапаржанов С. № 5
Сапаржанов



Бекітемін:
Директор ЖШС «ЕСКАМ»
Кудайбергенова Г.Ж.

2026 жыл

I апта

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Сүтке піскен сұлы боткасы- 150 Какао сүтпен- 180 Нан мен май ірімшік – 40/10/10 Жеміс-90	Сүтке піскен Бидай боткасы – 150 Май жағылған нан-40/10 Шәй сүтпен – 180 Жеміс - 90	Сүтке піскен тары боткасы – 150 Нан мен май ірімшік – 40/10/10 Тәтті шәй сүтпен – 180 Жеміс - 90	Сүтке піскен күріш боткасы – 150 Нан повидломен -40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Сүтке піскен ұнтақ жарма боткасы – 150 Нан мен май – 40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90
Түскі ас				
Макарон сорпасы (ет, сүйек) – 200 Гуляш күрішпен (тауық етімен) – 180 Көкөніс салаты – 40 Кисель – 180 Бидай наны – 40 Қара бидай наны-40	Борщ – 200 Плов- 180 Тұздалған кияр- 40 Кисель – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Көкөніс сорпасы – 200 Қуырылған картоп тауық етімен -180 Дәрумен салаты – 40 Кисель -180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Балық сорпасы -200 Балық котлеті картоп езбесімен – 180 Сәбіз салаты- 40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Вермишель сорпасы- 200 Тефтели күрішпен- 180 Тауып ал салаты -40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40
Кешкі ас				
Пряник -20 Айран - 180	Сүтке піскен арпа боткасы- 150 Тәтті шәй – 180	Пряник-20 Сүт-180	Ірімшік қосылған макарон- 150 Тәтті шай - 180	Сүзбе сырнигі қаймақпен – 11 Тәтті шай - 180

I апта 1 күн

I күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен сұлы ботқасы	150	Сүт-150гр, сұлы-20гр, сары май-5гр, шекер-5гр
		Нан май, ірімшік бутерброды	40/10/10	май-10 гр, бидай нан-40гр, ірімшік-10 гр
		Какао сүтпен	180	Сүт-50гр, шекер-10 гр, какао-2 гр
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма-90 гр
	Түскі ас	Макарон сорпасы етпен	200	Ет-20, картоп-80 гр, пияз-10, сәбіз-10гр, сұйық май-3 гр, сары май-2 гр, макарон-10гр
		Гуляш күрішпен (тауық етімен)	180	Тауық еті-80 гр, пияз-10гр, сәбіз-10 гр, сары май-3 гр, сұйық май-4 гр, томат-2гр, күріш-30 гр, жұмыртка-0,5гр, тұз-2,5 гр
		Көкөніс салаты	40	Сәбіз-10 гр, орамжапырақ-20гр, қызылша-10 гр, сұйық май-2 гр
		Бидай наны	40	Бидай наны-40 гр
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40 гр
		Кисель	180	Жеміс –жидек кисель -20 гр
	Кешкі ас	Пряник	20	Пряник-20 гр
		Айран	180	Айран-180 гр

I апта 2 күн

2 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен бидай ботқасы	150	Сүт-150мг, бидай-20гр, сары май-5гр, шекер-5гр
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40гр,
		Тәтті шай сүтпен	180	Шәй-2 гр, сүт-50гр, шекер-10 гр
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт-90 гр
	Түскі ас	Борщ (ЕС)	200	Ет-20, картоп-80 гр, пияз-10, сәбіз-10гр, сұйық май-2 гр, сары май-2 гр, орамжапырақ-60гр, қызылша-20гр, қаймақ-5гр, томат-2гр, тұз-2,5гр
		Плов етпен	180	ет-80 гр, пияз-10гр, сәбіз-10 гр, сары май-2мм, сұйық май-4 гр, күріш-40гр
		Тұздалған қияр пиязбен	40	Пияз-20гр, қияр-20гр
		Бидай наны	40	Бидай наны-40 гр
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40 гр
		Кисель	180	Жеміс –жидек кисель -20 гр
	Кешкі ас	Сүтке піскен арпа ботқасы	150	Сүт-150, арпа-15гр, сары май-5мм, шекер-5 гр
		Тәтті шай	180	Шәй-1гр, шекер-10гр

I апта 3 күн

3 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен тары ботқасы	150	Сүт-150мг, тары-20мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май, ірімшік бутерброды	40/10/10	май-10 гр, нан-40гр, ірімшік-10гр
		Тәтті шай сүтпен	180	Шәй-2 гр, сүт-50гр, шекер-10 гр
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан-90 гр
	Түскі ас	Көкөніс сорпасы (ЕС)	200	Ет-20, картоп-80 гр, пияз-10, сәбіз-10гр, сұйық май-2гр, сары май-3мг, орамжапырақ-30гр, қызылша-20гр,
		Қуырылған картоп тауық етімен	180	Тауық еті-80 гр, картоп-150гр, пияз-10гр, сәбіз-10гр, сұйық май-4гр, сары май-2мг, тұз-2,5
		Дәрумен салаты	40	сәбіз-20гр, орамжапырақ-30гр, сұйық май-1гр
		Бидай наны	40	Бидай наны-40 гр
		кара бидай наны	40	Қара бидай наны-40 гр
		Кисель	180	Алма-10гр кисель -20гр
	Кешкі ас	Пряник	20	Пряник-20гр
		Сүт	180	Сүт-180гр

I апта 4 күн

4 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен күріш ботқасы	150	Сүт-150мг, күріш-20мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан повидломен	40/10	нан-40мг, повидла-10мг
		Какао сүтпен	180	Какао-2мг, сүт-50мл, шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма-90 гр
	Түскі ас	Балық сорпасы	200	Балық-30мг, сары май-2мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-2мг, тары-10мг
		Балық котлеті картоп сүзбезі	180	Балық-100мг, сүт-20мг, сары май-5мг, нан-20мг, картоп-160мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-4мг, жұмыртка-1шт, тұз-2,5
		Сәбіз салаты	40	сәбіз-50мг, орамжапырақ-30гр, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40 гр
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40 гр
		Лимон қосылған шәй	180	Шекер-5мг, лимон-5мг, шәй-2мг
	Кешкі ас	Ірімшік қосылған макарон	150	Макарон-25мг, ірімшік-20мг, сары май-3мг
		Тәтті шәй	180	Шәй -2мг, шекер-10мг

I апта 5 күн

5 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен ұнтақ жарма ботқасы	150	Сүт-150мг, ұнтақ жарма-20гр, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	Какао-0,2 мг, сүт-50мг, шекер-5мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт-90 гр
	Түскі ас	Вермишель сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-3мг, макарон-10мг, тұз-2,5мг
		Тефтели күрішпен	180	Ет -80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-4мг, күріш-45 мг
		«Тауып ал» салаты	40	сәбіз-20мг, орамжапырақ-30мг, сұйық май-2мг, жүгері-10мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Компот	180	Кептірілген жемістер-20мг, шекер-10мг
	Кешкі ас	Сүзбе сырнигі қаймақпен	110	Сүзбе-80мг, ұн-20мг, жұмыртқа-0,5, шекер-5мг, қаймақ-1,5мг
		Тәтті шәй	180	Шәй-2мг, шекер-5мг

Келісім:

Ата-аналар комитеті:

Саяхат

Саяхат

А.Б

Бекітемін:

Директор ЖШС «ЕСКАМ»

Кудайбергенова Г.Ж

Г.Ж

05.06

2026 жыл

II апта

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Жүгеріботкасы – 150 Нан мен май – 40/5 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Сүтке піскен қарақұмық боткасы – 150 Май жағылған наны мен ірімшік-40/5/7 Тәтті шәй – 180 Жеміс - 90	Достық боткасы – 150 Бидай нан – 40/5 Шәй сүтпен - 180 Жеміс - 90	Бидай боткасы – 150 Май жағылған нан, ірімшік – 40/10/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Қарақұмық боткасы – 150 Нан мен май – 40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90
Түскі ас				
Клецкий сорпасы – 200 Лагман етпен – 180 Дәрумен салаты - 40 Компот – 180 Бидай наны – 40 Қара бидай наны-40	Қызылша сорпасы – 200 Жалқау голубцы – 180 Қияр, қызанақ салаты- 40 Кисель – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Бұршак сорпасы – 200 Тауық етімен котлет қарақұмықпен – 180 Сәбіз салаты- 40 Компот -180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Балық фрикаделькасымен сорпа – 200 Балық котлеті күріш гарнирімен– 180 Көкөніс салаты- 40 Лимон қосылған шәй– 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Рассольник -200 Макарон етпен – 180 Винегрет- 40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40
Кешкі ас				
Вермишель сүт тағамы – 110 Тәтті шай- 180	Орамжапырақ қосылған бәліш– 110 Тәтті шай - 180	Жалқау вареники -180 Какао сүтпен -180 Печенье-30	Тауық етімен курник- 150 Балғын алмадан компот- 180	Күріш боткасы-150 Тәтті шай-180

II апта 6 күн

6 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Жүгері ботқасы	150	жүгері-20мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	Какао-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан-90 гр
	Түскі ас	Клецкий сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-2мг, ұн-20мг, жұмыртқа-0,5мг
		Лагман етпен	180	Ет -80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-3мг, сары май-3мг, томат-1мг, макарон-30мг, тұз-2,5мг
		«Дәрумен» салаты	40	сәбіз-20гр, орамжапырақ-30гр, сұйық май-1гр
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кампот	180	Кептірілген жемістер-20мг, шекер-10мг
	Кешкі ас	Орамжапырақ қосылған бәліш	110	Ұн-65мг, дрожь-2мг, сұйық май-2кг, орамжапырақ-40мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг
		Тәтті шәй	180	Шәй-2мг, шекер-5мг

II апта 7 күн

7 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сүтке піскен арпа ботқасы	150	сүт-150мг, арпа-20 мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Шәй сүтпен	180	Шәй -2мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма-90 гр
	Түскі ас	Қызылша сорпасы	200	Тауық еті-20мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-3мг, сары май-2мг, қызылша-50мг, тары-5мг, қаймақ-5мг, тұз-2,5мг
		Жалқау голубцы	180	Ет -80мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-4мг, сары май-3мг
		Қияр, қызанақ салаты	40	Қияр -30 мг, қызанақ-30 мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кисель	180	Алма-10гр кисель -20гр
	Кешкі ас	Вермешель сүт тағамы	110	Сүт-120 мг, шекер-3 мг, макарон-15 мг
		Тәтті шәй	180	Шәй -2мг, шекер-5мг

II апта 8 күн

8 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	«Достық» ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, күріш-10мг, тары-10мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Шәй сүтпен	180	Шәй -2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт-90 гр
	Түскі ас	Бұршақ сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-2мг, бұршақ-10мг, сары май-2мг
		Тауық етінен котелет қарақұмықпен	180	Тауық еті -80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, сұйық май-4мг, қарақұмық-30 мг, томат-0,2мг, тұз-2,5мг
		«Сәбіз» салаты	40	сәбіз-40 мг, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кампот	180	Кептірілген жемістер-20мг, шекер-10мг
	Кешкі ас	Жалқау вареники	180	Сүзбе-60мг, ұн-20мг, жұмыртқа-0,5мг, шекер-5мг, сары май-2мг
		Какао сүтпен	180	Какао-0,2 мг, шекер-5мг, сүт-50мг
		Печенье		Печенье-30мг

II апта 9 күн

9 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Бидай ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, бидай-20мг
		Нан, май, ірімшік бутерброды	40/10	май-10 гр, нан-40мг, ірімшік-10 мг
		Какао сүтпен	180	Какао -2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан-90 гр
	Түскі ас	Балық фрикаделькасымен сорпа	200	Балық -50мг, картоп-80мг,пияз-10мг, сәбіз-10мг,сұйық май-3мг, тары-10мг, тұз-2,5 мг
		Балық котелет күріш гарнирімен	180	Балық-70мг, сұйық май-4мг, күріш-30мг, жұмыртка-0,5,алма-2мг, сәбіз-10мг, пияз-40мг, сары май-3мг
		Көкөніс салаты	40	сәбіз-20 мг, сұйық май-1мг, орамжапырақ-30мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		кара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Лимон қосылған шәй	180	Шәй-2мг, шекер-10мг, лимон-5мг
	Кешкі ас	Тауық етімен курник	150	Тауық етімен-30мг, картоп-30мг,пияз-10мг, сәбіз-10мг, ұн-65мг, шекер-5мг, сары май-2мг, сұйық май-1мг
		Балғын алмадан кампот	180	Алма-20 мг, шекер-5мг

II апта 10 күн

10 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Қарақұмық ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, қарақұмық-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	Какао -2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма -90 гр
	Түскі ас	Россольник (ЕС)	200	Ет -20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-3мг, перловка-10 мг, сары май-2мг, тұздалған-10 мг,томат-2мг, каймақ-5мг
		Макарон етпен	180	Ет -80мг, картоп-80мг, сәбіз-15мг, пияз-10мг, сары май-2мг, сұйық май-4мг, макарон-30мг, тұз-2,5мг
		Винегрет салаты	40	Картоп-20гр, сәбіз-10гр, қызылша-10гр,тұздалған кияр-20гр
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кампот	180	Кептірілген жемістер-20мг, шекер-10мг
	Кешкі ас	Күріш ботқасы	150	Сүт-120мг, күріш-20мг, шекер-5мг, сары май-2мг
		Тәтті шәй	180	шәй-2мг, шекер-5мг

Келісім:

Ата-аналар комитеті:

Сапарсауыт М. Б
Сапар

Бекітемін:

Директор ЖШС «ЕСКАМ»

Кудайбергенова Г.Ж.

05.04

2026 жыл

III апта

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Сұлы боткасы- 150 Какао сүтпен- 180 Нан мен май, ірімшік – 40/10/10 Жеміс-90	Ұнтақ жарма боткасы- 150 Май мен нан-40/10 Тәтті шәй сүтпен- 180 Жеміс - 90	Арпа боткасы – 150 Нан, май -40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Бидай бот боткасы – 150 Нан мен май – 40/5 Шәй сүтпен – 180 Жеміс - 90	Тары боткасы – 150 Нан мен май, ірімшік – 40/10/10 Тәтті шәй сүтпен – 180 Жеміс - 90
Түскі ас				
Күріш сорпасы – 200 Бұқтырылған картоп тауық етімен- 180 Қызылша салаты- 40 Кисель- 180 Бидай наны – 40 Қара бидай наны-40	Қарақұмық сорпасы- 200 Бұршақ езбесімен- 180 Сәбіз салаты – 40 Компот- 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Қол лапша-200 Күрішпен гуляш – 180 Дәрумен салаты – 40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Балық сорпасы-200 Балық картоп езбесімен – 180 Сәбіз салаты – 40 Лимон қосылған шәй – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Көкөніс сорпасы- 200 Перловкамен бефстроган (каймак) – 180 Көкөніс салаты-40 Кисель – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40
Кешкі ас				
Повидло қосылған тәтті нан-6 Айран - 180	Сүзбе пісірмесі алмамен- 150 Тәтті шай-180	Қарақұмық сүт тағамы- 150 Тәтті шәй-180 Печенье -30	Күріш көкөніспен-150 Какао сүтпен-180	Тәтті нан- 65 Айран - 180

III апта 11 күн

11 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Сұлы ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, сұлы-20мг
		Нан, май, ірімшік бутерброды	40/10	май-10 гр, нан-40мг, ірімшік-10 мг
		Какао сүтпен	180	Какао -2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт -90 гр
	Түскі ас	Күріш сорпасы (ЕС)	200	Ет -20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-3мг, күріш-10 мг, сары май-2мг
		Бұқтырылған картоп тауық етімен	180	Тауық еті -80мг, картоп-150мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, сары май-3мг, сұйық май-4мг
		Қызылша салаты	40	Қызылша-50 мг, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кисель	180	Кисель -20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Повидло қосылған тәтті нан	65	Повидло-10мг, ұн-50, ж
		Айран	180	Айран-180

III апта 12 күн

12 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Манка ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, манка-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Тәтті шәй сүтпен	180	Шәй-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан -90 гр
	Түскі ас	Қарақұмық сорпасы (ЕС)	200	Ет -20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-3мг, қарақұмық-10 мг, сары май-2мг
		Бұршақ езбесімен гуляш	180	Ет -80мг, бұршақ-40мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, сары май-3мг, сұйық май-4мг
		Сәбіз салаты	40	Сәбіз-50 мг, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
	Кешкі ас	Кампот	180	Кептірілген шекер-10мг
		Сүзбе пісірмесі алмамен	150	Сүзбе -100мг, жұмыртқа-0,5, алма-20мг, шекер-5мг, манка-20мг
		Тәтті шай	180	Шәй -2мг, шекер-10мг

III апта 13 күн

13 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Арпа ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, арпа-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	какао-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма -90 гр
	Түскі ас	Қол лапша (ЕС)	200	Ет -20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-2 мг, ұн310 мг, сары май-3мг, жұмыртқа-1,8
		Күрішпен гуляш	180	Ет -80мг, күріш-30мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, сары май-3мг, сұйық май-4мг
		Дәрумен салаты	40	Сәбіз-20 мг, сұйық май-1мг, орамжапырақ-20мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кампот	180	Кептірілген шекер-10мг
	Кешкі ас	Қарақұмық сүт тамағы	150	Сүт-120мг, шекер-2мг, қарақұмық-20мг
		Тәтті шай	180	Шәй -2мг, шекер-10мг
		Печенье		Печенье-30мг

III апта 14 күн

14 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Бидай ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, бидай-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Тәтті шәй сүтпен	180	Шәй-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт -90 гр
	Түскі ас	Балық сорпасы	200	Балық-30мг, картоп-90гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-2мг, күріш-10 мг, сары май-1мг
		Балық по польский езбесімен	180	Балық-90мг, картоп-160мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, жұмыртқа-0,5мг, сұйық май-4мг
		Сәбіз салаты	40	Сәбіз-50 мг, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Лимон қосылған шәй	180	Лимон-5мг, шекер-5мг, шәй-2мг
	Кешкі ас	Плов көкөніспен	150	Күріш-30мг, сұйық май-2мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг
		Какао сүтпен	180	Сүт-50мг, какао -0,2мл, шекер-5мг

III апта 15 күн

15 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Тары ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, тары-20мг
		Нан, май, ірімшік буторброды	40/10	май-10 гр, нан-40мг, ірімшік-10мг
		Тәтті шәй сүтпен	180	Шәй-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан -90 гр
	Түскі ас	Көкөніс сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-90гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-2мг, орамжапырақ-30 мг, сары май-3мг, бұршақ-10мг
		Бефстроган перловкамен қаймаққа бұқтырылған	180	Ет-90мг, сары май-2мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, қаймақ-10мг, сұйық май-2мг
		Көкөніс салаты	40	Сәбіз-20 мг, сұйық май-1мг, жүгері-10мг, орамжапырақ-20мг,
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кисель	180	Кисель-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Тәтті нан	65	Ұн-50мг, дрожь-0,1мг, жұмыртқа-0,5мг, шекер-10мг, сары май-3мг
		Айран	180	Айран-180мг

Келісім:

Ата-аналар комитеті:

Сапаргалияев М.Б.
Самал

Бекітемін:

Директор ЖШС «ЕСКАМ»

Кудайбергенова Г.Ж.

05.04 2026 жыл

IV апта

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Қарақұмық ботқасы – 150 Нан мен май – 40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Арпа ботқасы – 150 Май жағылған нан-40/10 Тәтті шәй сүтпен – 180 Жеміс - 90	Бидай ботқасы – 150 Нан мен май – 40/10 Какао сүтпен - 180 Жеміс - 90	«Достық» ботқасы– 150 Май жағылған нан – 40/10 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90	Жүгері ботқасы – 150 Нан мен май, ірімшік – 40/5 Какао сүтпен – 180 Жеміс - 90
Түскі ас				
Болгар сорпасы – 200 Күрделі гарнир етпен – 180 Қызылша салаты - 40 Компот – 180 Бидай наны – 40 Қара бидай наны-40	Кеспе сорпасы – 200 Плов етпен– 180 Тұздалған қияр - 40 Кисель – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Борщ – 200 Гуляш макаронмен – 180 Балғын қияр салаты - 40 Компот (кепкен жеміс) -180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Харчо сорпасы – 200 Ет котлеті картоп езбесімен– 180 Сәбіз салаты- 40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40	Свекольник-200 Тауық запеканкасы каймақ соусымен– 180 «Дәрумен» салаты- 40 Компот – 180 Бидай наны-40 Қара бидай наны-40
Кешкі ас				
Вафли – 30 Шай сүтпен - 180	Сүзбе қосылған ватрушка– 150 Айран- 180	Көкөніс рагуы-65 Лимон қосылған шәй- 180	Повидло қосылған сырник-100 Шай сүтпен-180	Бидай ботқасы– 150 Тәтті шәй-180

IV апта 16 күн

16 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Қарақұмық ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, қарақұмық-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	Какао-0,2мг шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма -90 гр
	Түскі ас	Болгар сорпасы етпен каймақ соусымен	200	Ет-20мг, картоп-90гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,фасоль-20мг, сұйық май-3мг, сары май-2мг
		Күрделі гарнир етпен	180	Ет-80мг, картоп-80 мг,сары май-3мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, каймақ-10мг, сұйық май-4мг, орамжапырақ-80мг, сүт-20мг,
		Қызылша салаты	40	Қызылша-50мг, сұйық май-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Компот «С»	180	Кампот-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Вафли	65	Вафли-20мг
		Шай сүтпен	180	Сүт-50мг, шекер-5мг, шәй-0,2

IV апта 17 күн

17 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Арпа боткасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, арпа-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Тәтті шәй сүтпен	180	Шәй-2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт -90 гр
	Түскі ас	Кеспе сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-2мг, ұн-30 мг, сары май-1мг, жұмыртқа-1,8
		Плов етпен	180	Ет-90мг, сары май-2мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, күріш-40мг, сұйық май-4мг
		Тұздалған қияр пиязбен	40	Тұздалған қияр-20мг, пияз-20мг, сұйық май-1 мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Кисель	180	Кисель-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Сүзбе қосылған ватрушка	65	Ұн-65мг,сүзбе-30мг, дрожь-1мг, жұмыртқа-0,5мг, шекер-10мг, сары май-2мг
		Айран	180	Айран-180мг

IV апта 18 күн

18 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Бидай боткасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг, бидай-20мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	какао-0,2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Банан	90 гр	Банан -90 гр
	Түскі ас	Борщ сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-3мг, томат-2 мг, капуста-60мг, қызылша-20мг, қаймақ-5мг, тұз-2,5мг
		Гуляш макаронмен	180	Ет-90мг, сары май-2мг, сәбіз-10мг, пияз-10мг, макарон-30мг, сұйық май-4мг, томат-0,2
		Балғын қияр салаты	40	Тұздалған қияр-20мг, пияз-20мг, сұйық май-1 мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Компот	180	Кептірілген жеміс-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Көкөніс рагуы	65	Картоп-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10мг, орамжапырақ-60мг, сұйық май-2мг, томат-0,2
		Лимон қосылған шәй	180	Лимон -2 мг, шәй-0,2мг, шекер-10 мг

IV апта 19 күн

19 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Достық боткасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май	40/10	май-10 гр, нан-40мг
		Какао сүтпен	180	какао-0,2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алма	90 гр	Алма -90 гр
	Түскі ас	Харго сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-3мг, томат-2 мг, күріш-10мг
		Ет котлеті картоп езбесімен	180	Ет-80мг, сүт-20мг, сары май-2мг, бидай наны-20мг, картоп-150мг, пияз-10мг, сәбіз-10 мг, сұйық май-4мг, жұмыртка-45
		Сәбіз салаты	40	Сәбіз-40 мг, сұйық май-1 мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Компот «С»	180	Кептірілген жеміс-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Повидло қосылған сырник	100	Жұмыртка-0,5мг, повидло-10мг, сүзбе-60мг, ұн-20мг, шекер-5мг
		Шәй сүтпен	180	Шәй -0,5мг, сүт-50мг, шекер-5мг

IV апта 20 күн

20 күн	Күн	Ас мәзірі	Берілетін нормасы	Өнім тізімі
			3-5 жас	
	Таңғы ас	Жүгері ботқасы	150	Сүт-150мг, сары май-5мг, шекер-5мг
		Нан, май, ірімшік	40/10	май-10 гр, нан-40мг, ірімшік-10мг
		Какао сүтпен	180	какао-0,2 мг, сүт-50мг, шекер-10мг
	дәрумен	Алмұрт	90 гр	Алмұрт -90 гр
	Түскі ас	Свекольник сорпасы (ЕС)	200	Ет-20мг, картоп-80гр,пияз-10мг, сәбіз-10гр,сұйық май-2мг, кызылша-50мг,қаймақ-5мг
		Тауық пісірмесі қаймақ саусымен	180	Тауық еті-80мг, пияз-10мг, сәбіз-10 мг, сұйық май-4мг, орамжапырақ-80мг, қаймақ-10мг, күріш-20мг
		«Дәрумен» салаты	40	Сәбіз-20 мг, сұйық май-1 мг, орамжапырақ-1мг
		Бидай наны	40	Бидай наны-40мг
		қара бидай наны	40	Қара бидай наны-40мг
		Компот «С»	180	Кептірілген жеміс-20мг, шекер-5мг
	Кешкі ас	Бидай ботқасы	100	Сүт -150мг, шекер-5мг, сары май-5мг
		Тәтті шәй	180	Шәй -0,2мг, шекер-5мг