

«Бекітемін»

№ 54 орта мектеп директорының м.а.

А.М.Тилеубердиева

2024ж



Р.Қ.Орақбаева

2024ж

**Айлық ас мәзірі 2024-2025 оқу жылы
Қыркүйек айы 2024 жыл**

Дүйсенбі 2.09.	Сейсенбі 3.09.	Сәрсенбі 4.09.	Бейсенбі 5.09.	Жұма 6.09.
1. Гуляш 2. Қайнатылған макарон гарнирі 3. Сәбіз салаты 4. Қара бидай наны 5. Лимонмен шай қантпен	1. «Күріш» сорпасы (сиыр етімен) 2. Қара бидай наны 3. Ірімшік қосылған шелпек 4. Жемістер мен бал қойылған шәй	1. Тефтели тұздықпен 2. Қарақұмық гарнирі 3. Витаминді салаты 4. Қара бидай наны 5. Компот	1. Қазақша сорпа 2. Қара бидай наны 3. Тәтті тоқаш 4. Какао сүтпен	1. Көкөніс қосылған рагу 2. Қара бидай наны 3. Каркаде
Дүйсенбі 9.09.	Сейсенбі 10.09.	Сәрсенбі 11.09.	Бейсенбі 12.09.	Жұма 13.09.
1. Палау етпен 2. Күздік салат 3. Қара бидай наны 4. Лимонмен шай қантпен	1. Үй кеспесі сорпасы (сиыр етімен) 2. Қара бидай наны 3. Картоппен тоқаш 4. Жемістер мен бал қойылған шәй	1. Бұға піскен шұжықтар тұздықпен 2. Қарақұмық гарнирі 3. Витаминді салаты 4. Қара бидай наны 5. Лимон қосылған тәтті шәй	1. Бұршақ сорпасы 2. Сары май/ірімшік 3. Қара бидай наны 4. Қант қосылған тәтті шәй	1. Кілегей қосылған тауық 2. күріш гарнирі 3. Қара бидай наны 4. Каркаде
Дүйсенбі 16.09.	Сейсенбі 17.09.	Сәрсенбі 18.09.	Бейсенбі 19.09.	Жұма 20.09.
1. Гуляш 2. Қайнатылған макарон гарнирі 3. Сәбіз салаты 4. Қара бидай наны 5. Лимонмен шай қантпен	1. «Күріш» сорпасы (сиыр етімен) 2. Қара бидай наны 3. Ірімшік қосылған шелпек 4. Жемістер мен бал қойылған шәй	1. Тефтели тұздықпен 2. Қарақұмық гарнирі 3. Витаминді салаты 4. Қара бидай наны 5. Компот	1. Қазақша сорпа 2. Қара бидай наны 3. Тәтті тоқаш 4. Какао сүтпен	1. көкөніс қосылған рагу 2. Қара бидай наны 3. Каркаде
Дүйсенбі 23.09.	Сейсенбі 24.09.	Сәрсенбі 25.09.	Бейсенбі 26.09.	Жұма 27.09.
1. Палау етпен 2. Күздік салат 3. Қара бидай наны 4. Лимонмен шай қантпен	1. Үй кеспесі сорпасы (сиыр етімен) 2. Қара бидай наны 3. Картоппен тоқаш 4. Жемістер мен бал қойылған шәй	1. Бұға піскен шұжықтар тұздықпен 2. Қарақұмық гарнирі 3. Витаминді салаты 4. Қара бидай наны 5. Лимон қосылған тәтті шәй	1. Бұршақ сорпасы 2. Сары май/ірімшік 3. Қара бидай наны 4. Қант қосылған тәтті шәй	1. Кілегей қосылған тауық 2. Күріш гарнирі 3. Қара бидай наны 4. Каркаде
Дүйсенбі 30.09.				
1. Гуляш 2. Қайнатылған макарон гарнирі 3. Сәбіз салаты 4. Қара бидай наны 5. Лимонмен шай қантпен				

Құрастырған:

Диетолог Отызбаева Света Сейдахметовна