***Ас мәзірі 25.02. 2021***

**Таңғы ас**

Сүтті ботқа тарыдан

Нан мен май

Какао сүтпен

10.00 Алма

**Түскі ас**

Салат кызылша мен сәбізден

"Солянка" көжесі қаймақпен

Бұқтырылған ет (гуляш) піскен перловкамен

Компот С дәруменімен

Бидай наны

Қара нан

**Кешкі ас**

Көже балық етінен картоппен

Сүтпен шай

Бидай наны

Тоқаш

***Меню на 25.02.2021***

**Завтрак**

Молочная каша из пшена

Хлеб и масло

Какао с молоком

10.00 Яблоко

**Обед**

Салат из капусты и моркови

Суп "Солянка" со сметаной

Тушеное мясо (гуляш) со спелой перловкой

Компот с витамином С

Хлеб пшеничный

Черный хлеб

**Ужин**

суп из рыбы с картофелем

Чай с молоком

Хлеб пшеничный

Булочка

**Ас мәзірі 26.02.2021**

**Таңғы ас**

Сүтті ботқа күрішпен

Нан мен май ірімшікпен

Лимонмен шай

Жеміс шырыны

**Түскі ас**

Орамжапыракпен жүгерімен салат

Харчо көжесі

Зразы етпен жұмыртқамен піскен түтікпен

Компот С дәруменімен

Бидай наны

Қара нан

**Кешкі ас**

Сүтті көже бидай жармасымен

Сүтпен шай

Бидай наны

Вафли

**Меню на 26.02.2021**

**Завтрак**

Молочная каша с рисом

С хлебом и сливочным сыром

Чай с лимоном

Фруктовый сок

**Обед**

Салат с кукурузой с капустой

Суп Харчо

Зразы с мясом с яйцом со зрелой трубкой

Компот с витамином С

Хлеб пшеничный

Черный хлеб

**Ужин**

Молочный суп с пшеничной крупой

Чай с молоком

Хлеб пшеничный

Вафли

**Тамақ алу уақыты**

***Бөбекжай***

1 топ 8.00

7 топ 8.05

**Ортаңғы топ**

6 топ 8.10

2 топ 8.10

**Ересек топ**

5 топ 8.15

8 топ 8 .15

4 топ 8.20

***Мектеп-алды даярлық топ***

3 топ 8.25

9 топ 8.25

**Время приема пищи**

***Ясли***

1 группа 8.00

7 группа 8.05

***Средняя группа***

6 группа 8.10

2 группа 8.10

***Взрослая группа***

5 группа 8.15

8 группа 8 .15

4 группа 8.20

***Группа предшкольной подготовки***

3 группа 8.25

9 группа 8.25

**Масса порции в граммах в зависимости от возраста детей**

**1 жастан-3 жасқа дейін**

|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** | **350-450** |
| **Обед** | **400-550** |
| **Полдник** | **200-250** |
| **Ужин** | **350-400** |

**3 жастан-5 жасқа дейін**

|  |  |
| --- | --- |
| **Таңғы ас** | **400-500** |
| **Түскі ас** | **550-600** |
| **Бесін ас** | **250-300** |
| **Кешкі ас** | **400-500** |

**5 жастан-7 жасқа дейін**

|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** | **500-550** |
| **Обед** | **600-800** |
| **Полдник** | **300-400** |
| **Ужин** | **450-600** |

**Балалардың жасына байланысты порция салмағы граммен**

**1 года -3 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Таңғы ас*** | **350-450** |
| ***Түскі ас*** | **400-550** |
| ***Бесін ас*** | **200-250** |
| ***Кешкі ас*** | **350-400** |

**3 лет- 5 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** | **400-500** |
| **Обед** | **550-600** |
| **Полдник** | **250-300** |
| **Ужин** | **400-500** |

**5 лет -7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
| **Завтрак** | **500-550** |
| **Обед** | **600-800** |
| **Полдник** | **300-400** |
| **Ужин** | **450-600** |