



Утверждаю  
Руководитель КГУ ОСШЛИ №4  
Болашақ

Турганбаева Г.К.

Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашақ"

2.05.2024

**ЗАВТРАК**

|                    | кол-во | ккал |
|--------------------|--------|------|
| каша мол пшеничная | 200    | 330  |
| масло сливочное    | 20     | 132  |
| сыр                | 40     | 151  |
| батон              | 100    | 262  |
| кофе с молоком     | 200    | 130  |

**ОБЕД**

|                  |        |     |
|------------------|--------|-----|
| салат из моркови | 100    | 164 |
| щи из св капусты | 300    | 260 |
| котлета с/с      | 100/50 | 258 |
| гречка           | 200    | 339 |
| хлеб пшеничный   | 75     | 179 |
| хлеб ржаной      | 125    | 180 |
| какао            | 200    | 116 |
| апельсины        | 300    | 151 |

**Итого**

**полдник**

|              |     |     |
|--------------|-----|-----|
| сдоба        | 50  | 176 |
| сок          | 500 | 125 |
| <b>итого</b> |     |     |

**УЖИН 1**

|                  |        |     |
|------------------|--------|-----|
| салат витаминный | 100    | 149 |
| сосиски с/с      | 100/50 | 226 |
| картоф. пюре     | 200    | 193 |
| хлеб пшенич      | 75     | 179 |
| хлеб ржаной      | 125    | 180 |
| чай с/с          | 200    | 75  |
| мед/орехи        | 20/35  | 123 |
| яблоки           | 300    | 300 |
| <b>Итого</b>     |        |     |

**ужин 2**

|              |     |     |
|--------------|-----|-----|
| сдоба        | 50  | 226 |
| йогурт       | 250 | 180 |
| <b>итого</b> |     |     |

сумма

шеф повар  
диет.сестра









