

Мақұлдаймын/
№4 «Болашақ» ОММЛИ КММ басшысы

Утверждаю:
И.О.Руководителя КГУ ОСШЛИ №4
Макарова О.В.

№4 «Болашақ» ОММЛИ КММ асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашақ"

2025 жылғы 19 Қараша
19 ноября 2025 год

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
сұлы ботқасы	запеканка из творога с/с	150/20	379
пісірілген жұмыртқа	яйцо вареное	50	151
сары май	масло сливочное	20	132
нан	батон	1/100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	1/200	130

Түскі АС 1 /Обед

сәбіз салаты	салат из моркови	100	164
борщ с/м	борщ с/м	300	270
котлета с/с	котлета с/с	100/50	258
қайнатылған макарон	макаронны отварные	200	274
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
құрғақ жеміс компоты	компот из сух фр	200	136

Түскі шай /Полдник

күріш пен ет қосылған	пир-ки печен рис	75	420
пісірілген пирогтар	смясом		
апельсин	апельсин	300	125
шырын	сок	500	250

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

картоп салаты. қиярмен	салат из картофельный	100	152
	с огурцом		
құс еті көкөністермен	птица туш. с овощами	250	156
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная	200	339
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	108
тары наны	хлеб пшен	75	85
шөй	чай с/с	200	75
бал	мед	20	123
банандар	бананы	300	300

тоқаш	булочка	50	225
био	биос	250	180

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра:









