

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

2025 жылғы 12 Желтоқсан
12 декабря 2025 год

Таңғы ас / Завтрак

			кол-во	ккал
сұлы ботқасы	каша мол овсянная		200	317
сары май	масло сливочное		20	132
ірімшік	сыр		40	134
нан	батон		100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком		200	130
жұмыртқа	яйцо		1 шт	151

Түскі АС 1 /Обед

Жаңа қырыққабат салаты	салат из св капусты		100	164
жарма қосылған картоп сорпасы	суп картоф.с крупой		300	325
гуляш	гуляш		100/50	396
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная		200	274
қара бидай наны	хлеб ржаной		75	180
бидай наны	хлеб пшенич.		75	179
құрғақ жеміс компоты	компот из сух фр		200	113

Түскі шай /Полдник

қырыққабат қосылған	пир-ки печен.с капустой		75	196
бауыр пирогы				
шоколад батончигі	шоколад.батончик		60	290
шырын	сок		500	125
банандер	банан		330	151

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

бұршақ салаты	салат из фасоли		100	258
тұздықта бұқтырылған	куры тушеные в соусе		200	167
тауық еті				
буға пісірілген күріш	рис припущенный		200	193
қара бидай наны	хлеб ржаной		75	180
бидай наны	хлеб пшенич		75	179
лимон қосылған шай	чай с лимоном		200	85
бал	мед		20	123
алмұрт	апельсины		300	125

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

саяхат тоқаш	булочка дорожная		50	196
қар добы	снежок		250	180

аспаз/
диетолог/

шеф повар
диет.сестра











