

N4 «Болашак" ОММЛИ КММ асханасы

Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

2025 жылғы 18 Желтоқсан

18 декабря 2025 год

Таңғы ас / Завтрак

						кол-во		ккал
сүт сұлы ботқасы			каша молочная овсянная			200		317
сары май			масло сливочное			20		132
шұжық п/к			колбаса п/к			40		151
нан			батон			100		262
сүт қосылған кофе			кофе с молоком			200		130
сары май			повидло			30		220
жұмыртқа			яйцо			1 шт		151

Түскі АС 1 /Обед

көкөніс қосылған	салат из редьки с овощами	100	69
шалғам салаты			
жұмыртқа қосылған	суп картоф с яич.хл	300	331
картоп сорпасы			
сиыр палауы	плов	300	673
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
какао	какао	200	226

Түскі шай /Полдник

алмамен пісірілген пир-ки	пир-ки печен с яблоком	75	196
шырын	сок	500	125
апельсин	апельсин	300	125
шоколад	шоколад	60	328

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

Фантастикалық салат	салат фантазия	100	145
көкөніс қосылған балық	рыба туш.с овощами	150/50	217
бұқтырмасы			
картоп пюресі	картоф пюре	200	193
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
бидай наны	хлеб пшен	75	180
шәй	чай с/с	200	75
бал	мед	20/30	123
алма	яблоки	300	151

содоба	сдоба	50	225
барайық	катык	250	180

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра









