

N4 «Болашак" ОММЛИ КММ асханасы
 Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

12.06.2025

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
тары сүті ботқасы	каша мол пшенная		330
сары май	масло сливочное		132
ірімшік	сыр		151
нан	батон		262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком		130

Түскі АС 1 /Обед

сәбіз салаты	салат из моркови	100	164
жаңа қырыққабат сорпасы	щи из св капусты	300	260
қуыру	поджарка	100/35	427
қарақұмық	гречка	200	339
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
какао	какао	200	116
апельсин	апельсин	300	151

Түскі шай /Полдник

шоколад	шоколад	60	328
тоқаш	сдоба	50	176
шырын	сок	500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

витаминді салат	салат витаминный	100	149
Ет қосылған картоп	зап-ка картоф с мясом	268/50	421
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
шай с/с	чай с/с	200	75
бал/жаңғақтар	мед/орехи	20/20	123
алма	яблоки	300	300

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	сдоба	50	226
йогурт	йогурт	250	180









