



13.06.2025

3

**Таңғы ас / Завтрак**

|                     |                     | КОЛ-ВО | ккал |
|---------------------|---------------------|--------|------|
| жүгері сүті ботқасы | каша мол кукурузная | 200    | 301  |
| сары май            | масло сливочное     | 20     | 198  |
| шұжық п/к           | колбаса п/к         | 40     | 113  |
| нан                 | батон               | 100    | 262  |
| сүт қосылған кофе   | кофе с молоком      | 200    | 130  |
| джем                | повидло             | 70     | 336  |

**Түскі АС 1 /Обед**

|                      |                       |     |     |
|----------------------|-----------------------|-----|-----|
| салаттың нәзіктігі   | салат нежность        | 100 | 61  |
| консервіленген       | суп с рыбн консервами | 300 | 331 |
| балық қосылған сорпа |                       |     |     |
| палау                | плов                  | 300 | 543 |
| бидай наны           | хлеб пшеничный        | 75  | 179 |
| қара бидай наны      | хлеб ржаной           | 125 | 180 |
| желе                 | кисель                | 200 | 113 |
| апельсиндер          | апельсины             | 300 | 125 |

**Түскі шай /Полдник**

|                   |                     |     |     |
|-------------------|---------------------|-----|-----|
| шоколад батончигі | батончик шоколадный | 60  | 330 |
| печенье           | печенье             | 60  | 328 |
| шырын             | сок                 | 500 | 125 |

**КЕШКІ АС 1/УЖИН 1**

|                 |                     |       |     |
|-----------------|---------------------|-------|-----|
| астра салаты    | салат астра         | 100   | 164 |
| үйдегі қуыру    | жаркое по домашнему | 350   | 217 |
| бидай наны      | хлеб пшенич         | 75    | 179 |
| қара бидай наны | хлеб ржаной         | 125   | 180 |
| шай с/с         | чай с/с             | 200   | 75  |
| бал             | мед/изюм            | 20/60 | 413 |
| алма            | яблоки              | 280   | 151 |

**КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2**

|       |       |     |     |
|-------|-------|-----|-----|
| тоқаш | сдоба | 50  | 226 |
| биос  | биос  | 250 | 180 |

аспаз/ шеф повар  
 диетолог/ диет.сестра















