



Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
с/см сүзбе салмасы	зап-ка из творога с/см	150/20	190
сары май	масло сливочное	20	198
жұмыртқа	яйцо	50	151
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

мерекелік салат	салат праздничный	100	119
картоп пен бұршақ сорпасы	суп картофель с горохом	250	325
гуляш	гуляш	75/30	396
рожки отварные	рожки отварные	200	258
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
желе	кисель	200	226

Түскі шай /Полдник

мейіз пирогтары	пирожки с изюмом	75	180
алмұрт	груши	300	300
шырын	сок	500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

астра салаты	салат астра	100	207
көкөніс қосылған балық	рыба с овощами	100/50	217
күріш	рис припущенный	200	193
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
шай с/с	чай с/с	200	75
бал	мед	20	382

Барлығы/итого:

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	сдоба обыкновенная	50	285
био	биос	250	127

аспаз/
диетолог/ шеф повар









