

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы

Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

06.02.2026



Таңғы ас / Завтрак

			КОЛ-ВО	ккал
сұлы сүті ботқасы	каша мол овсянная		200	317
сары май	масло сливочное		20	198
ірімшік	сыр		20	134
нан	батон		100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком		200	130

Түскі АС 1 /Обед

тәтті бұрыш қосылған көкөніс салаты	салат из овощей		100	103
жұмыртқа қосылған картоп сорпасы	суп картофель с яич хл		250	338
котлет	котлета с/с		100/50	427
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная		200	339
бидай наны	хлеб пшеничный		75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной		125	180
компот	компот из сух. фруктов		200	113

Түскі шай /Полдник

вафли	вафли		40	349
алма	яблоки		300	125
шырын	сок		500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

қысқы салат	салат зимний		100	92
тауық еті	птица тушеная с/с		100/50	180
бұқтырылған қырыққабат	капуста тушеная		200	165
бидай наны	хлеб пш		75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной		125	180
шай с/с	чай с/с		200	150
				151
				123

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	сдоба обыкновенная		50	357
айран	кефир		250	127

аспаз/
диетолог/ шеф повар
диет.сестра









