

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"
17.03.2026

Таңғы ас / Завтрак

			кол-во	ккал
күріш сүт ботқасы	каша мол рисовая		200	301
сары май	масло сливочное		20	132
ірімшік	сыр		40	134
нан	батон		100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком		200	130

Түскі АС 1 /Обед

витамин салаты	салат витаминный		100	149
рассольник	рассольник		250	193
тефтели с/с	тефтели с/с		115/50	258
рожки отварные	рожки отварные		200	352
бидай наны	хлеб пшеничный		75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной		125	180
какао	какао		200	226

Түскі шай /Полдник

джем қосылған	пир-ки печен с повидлом		75	238
пісірілген пирогтар				
алмұрт	груши		300	151
шырын	сок		500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

қызылша салаты	салат из свеклы		100	165
бифштекс с луком	бифштекс с луком		75/50	427
картоп пюресі	картоф.пюре		200	193
бидай наны	хлеб пшенич		75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной		125	180
шай с/с	чай с/с		200	75

Барлығы/итого:

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	булочка школьная		50	196
кефир	кефир		250	127









