

Мақұлдаймын/ Утверждаю:

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ басшысы/

Руководитель КГУ ОСШЛИ №4

Гурганбаева Г.К.

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы  
 Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"  
 17.04.2026



**Таңғы ас / Завтрак**

|                   |                   | кол-во | ккал |
|-------------------|-------------------|--------|------|
| сұлы сүті ботқасы | каша мол овсянная | 200    | 317  |
| сары май          | масло сливочное   | 20     | 198  |
| ірімшік           | сыр               | 40     | 134  |
| нан               | батон             | 100    | 262  |
| сүт қосылған кофе | кофе с молоком    | 200    | 130  |

**Түскі АС 1 /Обед**

|                                  |                        |       |     |
|----------------------------------|------------------------|-------|-----|
| қызылша салаты                   | салат из свеклы        | 100   | 103 |
| жұмыртқа қосылған картоп сорпасы | суп картоф с яич хл    | 250   | 338 |
| котлета с/с                      | котлета с/с            | 75/35 | 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**

|         |         |     |     |
|---------|---------|-----|-----|
| печенье | печенье | 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 | 75/50 | 180 |
| бұқтырылған қырыққабат | капуста тушенная  | 200   | 165 |
| бидай наны             | хлеб пш           | 75    | 179 |
| қара бидай наны        | хлеб ржаной       | 125   | 180 |
| шай с/с                | чай с/с           | 200   | 150 |

**КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2**

|        |                    |     |     |
|--------|--------------------|-----|-----|
| тоқаш  | сдоба обыкновенная | 50  | 357 |
| йогурт | йогурт             | 250 | 127 |

аспаз/ шеф повар  
 диетолог/ диет.сестра









