

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы

Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

22.04.2026



Таңғы ас / Завтрак

		КОЛ-ВО	ккал
сүтті сұлы ботқасы	каша молоч.овсянная	150/20	190
сары май	масло сливочное	20	132
жұмыртқа	яйцо	50	113
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Барлығы/итого:

Түскі АС 1 /Обед

қырыққабат салаты	салат из св капусты	100	164
картоп кеспесі сорпасы	суп картофель с горохом	250	325
гуляш	гуляш	75/50	396
күріш	рис приушенный	200	352
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб рж	125	180
кисель	кисель	200	113

Барлығы/итого:

Түскі шай /Полдник

мейіз қосылған тоқаш	пир-ки печен.с яблоком	75	180
алмұрт	груши	300	125
шырын	сок	250	250

Барлығы/итого:

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

винегрет	винегрет	100	181
лагман	лагман	500	413
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
қара бидай наны	хлеб рж	75	180
шәй	чай с/с	200	75

Барлығы/итого:

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	сдоба	50	285
айран	кефир	250	127

Барлығы/итого:

сумма

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра









