

Мақұлдаймын
N4 «Болашак» ОММЛИ КММ басшысы

Утверждаю
Руководитель КГУ ОСШЛИ №4
Турганбаева Т.К.



N4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

2024 жылғы 18 желтоқсан
18 декабря 2024 год

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
тары ботқасы	каша мол пшенная	200	301
сары май	масло сливочное	20	132
ірімшік	сыр	40	113
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130
Барлығы/итого:			

Түскі АС 1 /Обед

сәбіз салаты	салат из моркови	100	181
жұмыртқа қабығынан жасалған	суп с яич хлопьями	300	331
үйдегі қуыру	жаркое по домашнему	350	543
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
какао	какао	200	226
алма	яблоки	300	125
Барлығы/итого:			

Түскі шай /Полдник

мейіз қосылған пир-ки печен	пир-ки печен с изюмом	75	238
шоколад	шоколад	90	328
шырын	сок	500	250
Барлығы/итого:			

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

көкөніс салаты	салат из овощей	100	165
көкөніс қосылған балық ұшасы	рыба туш с овощами	175	217
буға пісірілген күріш	рис припуц	200	258
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
шай с/с	чай с/с	200	150
бал	мед	20	123
алма	яблоки	250	151
Барлығы/итого:			

КЕШКІ АС 2 /Ужин 2

бауырсақ	рогалик	50	420
био	биос	250	180
Барлығы/итого:			

сумма

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра









