



Учитель КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"
Турганбаева Г.К.

Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"
25.04.2024

ЗАВТРАК

| | кол-во | ккал |
|-------------------|--------|------|
| каша мол овсянная | 200 | 317 |
| масло сливочное | 20 | 198 |
| сыр | 40 | 134 |
| батон | 100 | 262 |
| кофе с молоком | 200 | 130 |

ОБЕД

| | | |
|------------------------------|--------|-----|
| салат из овощей с сл. перцем | 100 | 103 |
| суп картофель с яич хл | 300 | 338 |
| поджарка из говяд | 100/35 | 427 |
| печка отварная | 200 | 339 |
| хлеб пшеничный | 75 | 179 |
| хлеб ржаной | 125 | 180 |
| компот из сух. фруктов | 200 | 113 |
| груши | 300 | 125 |

полдник

| | | |
|-------|-----|-----|
| вафли | 60 | 349 |
| сок | 500 | 440 |
| | | 125 |

УЖИН 1

| | | |
|-------------------|--------|-----|
| салат зимний | 100 | 92 |
| птица тушеная с/с | 150/50 | 180 |
| запуста тушеная | 200 | 165 |
| хлеб пш | 75 | 179 |
| хлеб ржаной | 125 | 180 |
| чай с/с | 200 | 150 |
| яблоки | 300 | 151 |
| мед | 20 | 123 |

УЖИН 2

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

шеф повар
диет. сестра









