



Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашақ"

23 октября 2024 год

ЗАВТРАК

| | кол-во | ккал |
|---------------------|--------|------|
| каша мол кукурузная | 200/10 | 317 |
| масло сливочное | 20 | 132 |
| яйцо | 1 шт | 151 |
| батон | 100 | 262 |
| кофе с молоком | 200 | 130 |

ОБЕД

| | | |
|-------------------|--------|-----|
| салат праздничный | 100 | 119 |
| щи из св капусты | 300 | 303 |
| гуляш | 100/50 | 396 |
| гречка отварная | 200 | 339 |
| хлеб ржаной | 75 | 180 |
| хлеб пшенич. | 75 | 179 |
| компот из сух фр | 200 | 113 |
| бананы | 330 | 125 |

ПОЛДНИК

| | | |
|--------|-----|-----|
| пряник | 75 | 180 |
| сок | 500 | 250 |

УЖИН 1

| | | |
|----------------|-----|-----|
| салат фантазия | 100 | 145 |
| плов из говяд | 300 | 673 |
| хлеб пшенич. | 75 | 179 |
| хлеб ржаной | 75 | 180 |
| чай с/с | 200 | 75 |
| яблоки | 140 | 240 |
| мед | 20 | 123 |

| | | |
|---------|-----|-----|
| сдоба | 50 | 180 |
| ряженка | 250 | 127 |

шеф повар
диет.сестра









