

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

9.01.2025

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
тары ботқасы	каша мол пшенная	200	330
сары май	масло сливочное	20	132
ірімшік	сыр	40	151
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

сәбіз салаты	салат из моркови	100	164
Әулие қырыққабат сорпасы	щи из св капусты	300	260
фрикадельки с/с	тефтели с/с	100/50	258
бұршақ пюресі	гороховое пюре	200	339
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
какао	какао	200	116
алмұрт	груши	300	151

Түскі шай /Полдник

пісіру	сдоба	50	176
шырын	сок	500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

витаминді салат	салат витаминный	100	149
Ет қосылған картоп	зап-ка картофель с мясом	268/50	421
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
шай с/с	чай с/с	200	75
бал/жаңғақтар	мед/орехи	20/35	123
алма	яблоки	300	300

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

пісіру	сдоба	50	226
айран	кефир	250	180

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра











