

№4 «Болашақ» ОММЛИ КММ асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 «Болашақ»

2025 жылғы 16 Қазан
16 октября 2025 год



Таңғы ас / Завтрак

с/см сүзбе салмасы	зап-ка из творога с/см	кол-во	ккал
сары май	масло сливочное	150/30	301
жұмыртқа	яйцо	20	132
нан	батон	1 шт	151
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	100	262
		200	130

Түскі АС 1 /Обед

витаминді салат	салат витаминный	1/100	149
щи	щи из св капусты	300	193
котлеттер	котлета с/с	100/50	427
бұқтырылған қырыққабат	рис припущенный	200	165
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
желе	кисель	200	116
апельсиндер	апельсины	300	125

Түскі шай /Полдник

картоппен пісірілген пирогтар	пир-ки печен с капустой	75	240
шырын	сок	500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

салат фантастикасы	салат фантазия	100	145
лагман	лагман	100/260/240	413
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
шәй	чай с/с	200	150
алма	яблоки	250	150
бал	мед	20	123

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	булочка	75	196
айран	кефир	250	180

аспаз /
диетолог/ шеф.повар
диет.сестра









