

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

2025 жылғы 21 Қазан

21 октября 2025

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
сүт күріш ботқасы	каша мол рисовая	200	301
сары май	масло сливочное	20	198
ірімшік	сыр	40	134
жұмыртқа	яйцо	50	151
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130
нан	батон	100	262

Түскі АС 1 /Обед

қызылша салаты	салат из свеклы	100	173
с/м дәндері бар картоп	суп картофель с крупой с/м	300	214
сорпасы			
қуырылған сиыр еті	поджарка из говяд	100/75	396
буға пісірілген күріш	рис припущенный	200	256
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
какао	какао	200	226
апельсиндер	апельсины	300	125

Түскі шай /Полдник

сүзбе қосылған ірімшік торт	ватрушка с творогом	75	180
шырын	сок	500	250

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

Сарымсақ қосылған жаңа	сала из св капусты с чесно	100	61
қырыққабат салаты			
азу по татарски	азу по татарски	350	463
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
сүт қосылған шай	чай с молоком	200	150
бал	мед	20	125
алма	яблоки	300	151

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	булочка	50	225
Ряженка	ряженка	250	127
Итого			

аспаз/ шеф повар
 диетолог/ диет.сестра









