

№4 «Болашак» ОММЛИ КММ асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"
12.01.2026

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
күріш сүт ботқасы	каша мол рисовая	200	301
сары май	масло сливочное	20	132
ірімшік	сыр	40	113
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

қызылша салаты	салат из свеклы	100	164
жарма қосылған	суп картоф с крупой	250	214
картоп сорпасы			
көкөніс қосылған	куры с овощами	150	330
тауық еті			
рожки отварные	рожки отварные	200	274
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб рж	125	180
какао	какао	200	226

Түскі шай /Полдник

ватрушка	ватрушка	75	196
шырын	сок	500	125
апельсин	апельсин	300	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

көкөніс салаты	салат из овощей	100	73
көкөніс қосылған балық	рыба с овощами	150	217
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб рж	125	180
шай/қант	чай с/сах	200	75
бал	мед	20	123
алмұрт	груши	300	125

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	булочка дорожная	50	357
био	биос	250	190

аспаз/ шеф повар









