

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

19.01.2026

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
тары сүті ботқасы	каша мол пшенная	200	330
сары май	масло сливочное	20	198
шұжық п/к	колбаса п/к	40	113
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

жаңа қырыққабат салаты	салат из св капусты	100	69
жарма қосылған картоп сорпасы	суп карт.с крупой	300	214
соустары бар шұжықтар	сосиски с/с	100/50	258
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная	200	339
бидай наны	хлеб пшеничный	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
компот	компот из св фр	200	135

Түскі шай /Полдник

тоқаш	сдоба	50	360
алмұрт	груши	300	151
шырын	сок	500	125

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

қияр қосылған картоп салаты	салат картофельный с огурцом	100	181
балық котлеті	котлета рыбная с/с	100/50	413
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
шай с/с	чай с/с	200	75
бал, мейіз	мед,изюм	20/30	123

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

тоқаш	булочка дорожная	50	225
Ряженка	ряженка	250	127









