Мақұлдаймын
N4 «Болашак" ОММЛИ КММ басшысы

Утверждаю:
Руководитель КГУ ОСШЛИ №4
_____Турганбаева Г.К.

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

**2026 жылғы 8 Қазан**
**8 октября 2026 год**

## Таңғы ас / Завтрак

| | | кол-во | ккал |
|---|---|---|---|
| сүт қосылған тары ботқасы | каша молоч.пшенная | 200 | 330 |
| сары май | масло сливочное | 20 | 132 |
| шұжық п/к | колбаса п/к | 40 | 113 |
| нан | батон | 100 | 262 |
| сүт қосылған кофе | кофе с молоком | 200 | 130 |

## Түскі АС 1 /Обед

| | | | |
|---|---|---|---|
| көкөніс қосылған шалғам салаты | салат астра | 100 | 207 |
| жұмыртқа қосылған картоп сорпасы | суп картоф с яич.хл | 300 | 331 |
| котлеты | котлета с/с | 100/50 | 258 |
| күріш | рис припущенный | 200 | 258 |
| қара бидай наны | хлеб ржаной | 125 | 180 |
| бидай наны | хлеб пшенич. | 75 | 179 |
| какао | какао | 200 | 226 |

## Түскі шай /Полдник

| | | | |
|---|---|---|---|
| алмамен пісірілген пир-ки | пир-ки печен с яблоком | 75 | 196 |
| шырын | сок | 500 | 125 |
| банандер | банан | 300 | 300 |

## КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

| | | | |
|---|---|---|---|
| Фантастикалық салат | салат фантазия | 100 | 145 |
| көкөніс қосылған балық бұқтырмасы | рыба туш.с овощами | 100/50 | 217 |
| картоп пюресі | картоф пюре | 200 | 193 |
| қара бидай наны | хлеб ржаной | 125 | 180 |
| бидай наны | хлеб пшен | 75 | 180 |
| шәй | чай с/с | 200 | 75 |
| бал/мейіз | мед/изюм | 20/40 | 413 |
| алмұрт | груши | 300 | 125 |
| содоба | сдоба | 50 | 225 |
| барайық | катык | 250 | 180 |

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра













