Мақұлдаймын
№4 «Болашак" ОММПИКМК меңгерушісі

Утверждаю
Руководитель КГУ ОСШЛИ №4
Турганбаева Г.К.

№4 «Болашак" ОММПИ КМК асханасы
Столовая КГУ ОСШЛИ №4 "Болашак"

2026 жылғы 21 қазан
21 октября 2026 год

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
сүт қосылған тары ботақсы	каша молоч.пшенная	200	330
іримшік	сыр	40	134
сары май	масло сливочное	20	132
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

сәбіз салаты	салат из моркови	100	164
щи	щи из св капусты	250	270
қуырылған тауықтар	куры запеченые с/с	100/50	258
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная	200	274
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
құрғақ жеміс компоты	компот из сух фр	200	136

Түскі шай /Полдник

қырыққабат қосылған пісірілген пирогтар	пир-ки печен с капустой	75	420
алмұрт	груши	300	125
шырын	сок	500	250

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

картоп салаты. қиярмен	салат из картофельнй с огурцом	100	152
котлета	котлета с/с	100/50	156
қайнатылған макарон	рожки отварные	200	339
қара бидай наны	хлеб ржаной	125	108
тары наны	хлеб пшен	75	85
шәй	чай с/с	200	75
тоқаш	булочка	50	225
био	биос	250	180

аспаз/ шеф повар
диетолог/ диет.сестра:









