

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

2026 жылғы 18 қыркүйек
18 сентября 2026 год

Таңғы ас / Завтрак

		кол-во	ккал
сұлы ботқасы	каша мол овсянная	200	317
сары май	масло сливочное	20	132
ірімшік	сыр	40	134
нан	батон	100	262
сүт қосылған кофе	кофе с молоком	200	130

Түскі АС 1 /Обед

Жаңа қырыққабат салаты	салат из св капусты	100	164
жарма қосылған картоп сорпасы	суп картоф.с крупой	300	325
гуляш	гуляш	100/50	396
қайнатылған қарақұмық	гречка отварная	200	274
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
бидай наны	хлеб пшенич.	75	179
құрғақ жеміс компоты	компот из сух фр	200	113

Түскі шай /Полдник

печенье	печенье	75	196
кәмпиттер	конфеты	60	290
шырын	сок	500	125
банандер	банан	330	151

КЕШКІ АС 1/УЖИН 1

бұршақ салаты	салат из фасоли	100	258
тұздықта бұқтырылған тауық еті	куры тушеные в соусе	220	167
буға пісірілген күріш	рис припущенный	200	193
қара бидай наны	хлеб ржаной	75	180
бидай наны	хлеб пшенич	75	179
лимон қосылған шай	чай с лимоном	200	85

КЕШКІ АС 2 /УЖИН 2

саяхат тоқаш	булочка дорожная	50	196
қар добы	снежок	250	180

аспаз/

диетолог/

шеф повар

диет сестра











