

		5-ші күн										486,55	516,57	597,09	729,82	774,85	895,64		
ет тейілігі (үрмелі) \ қызыл негізгі тұздық	сыыр еті (қоллет еті)	2850,00	0,052	0,078	0,104	0,038	0,057	0,076	0,148	222,30	296,40								
	күрші жармасы	482,00	0,005	0,008	0,010	0,005	0,008	0,010	2,41	3,86	4,82								
	пияз	133,00	0,021	0,032	0,042	0,018	0,027	0,036	2,79	4,26	5,59								
	өсімдік майы	683,00	0,008	0,012	0,032	0,008	0,012	0,032	5,46	8,20	21,86	171,91	251,77	341,95	257,87	377,66	512,92		
	бидай ұны I сорт	59,90	0,004	0,006	0,008	0,004	0,006	0,008	0,24	0,36	0,48								
	йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
	қызыл негізгі тұздық	636,43	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	12,73	12,73	12,73								
	макаронны	396,00	0,035	0,046	0,053	0,035	0,046	0,053	13,86	18,22	20,99								
	сары майы	5068,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	25,34	25,34	25,34	44,27	48,62	51,40	66,40	72,94	77,09		
	йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,07	5,07								
қара шай қантпен	200	200	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	11,53	11,53	11,53	17,29	17,29	17,29			
сыр порциямен	20	20	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53	112,06	112,06	112,06	168,09	168,09	168,09			
ара бал	10	10	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	25,00	25,00	25,00	37,5	37,5	37,5	37,5	37,5	37,5			
қара бидай наны	20	35	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64		
IV апта											376,64	469,77	565,69	564,97	704,66	848,53			

		1-ші күн										593,02	601,93	762,43	889,52	902,89	1143,64	
палау(сыыр еті)/	сыыр еті(жағбас)	2850,00	0,150	0,200	0,107	0,107	0,143	427,50	427,50	427,50	570,00							
	күрші жармасы	482,00	0,043	0,068	0,043	0,043	0,068	20,73	20,73	32,78								
	өсімдік майы	683,00	0,013	0,013	0,013	0,013	0,013	0,010	8,88	8,88	6,83							
	пияз	133,00	0,016	0,012	0,013	0,013	0,013	0,010	2,13	2,13	1,60	470,61	470,61	628,14	705,92	942,21		
	сөбіз	177,00	0,013	0,019	0,010	0,010	0,015	2,30	2,30	3,36								
	томат пастасы	900,00	0,010	0,015	0,010	0,010	0,015	9,00	9,00	13,50								
	йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
	алама	740,00	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	74,00	74,00	74,00	74,00	111,00	111,00	111,00	111,00	111,00		
	ара бал	10	10	0,010	0,010	0,010	0,010	25,00	25,00	25,00	25,00	37,50	37,50	37,50	37,50	37,50		
	қара шай қантпен	200	200	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00	11,53	11,53	11,53	17,29	17,29	17,29	
қара бидай наны	20	35	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53	6,53	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64		

		2-ші күн										283,46	389,37	475,60	425,20	584,06	713,40	
қырыққабат салаты	қырыққабат	132,00	0,059	0,10	0,099	0,047	0,079	7,79	13,07	13,07	13,07							
	сөбіз	177,00	0,008	0,013	0,013	0,06	0,01	1,42	2,30	2,30								
	өсімдік майы	683,00	0,003	0,005	0,005	0,003	0,005	2,05	3,42	3,42								
	йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
	қант	435,00	0,003	0,004	0,005	0,003	0,004	0,005	1,31	1,74	2,18							
	сыр еті (қоллет еті)	2850,00	0,05	0,076	0,101	0,037	0,056	0,074	142,50	216,60	287,85							
	бидай нан I сорт уннан	214,00	0,009	0,014	0,018	0,009	0,014	0,018	1,93	3,00	3,85							
	пияз	133,00	0,021	0,032	0,042	0,018	0,027	0,036	2,79	4,26	5,59							
	сүт 2,5%	405,00	0,012	0,017	0,024	0,012	0,017	0,024	4,86	6,89	9,72	174,68	259,36	339,41	262,02	389,035	509,12	
	кетерілген нан	1350,00	0,005	0,008	0,010	0,005	0,008	0,010	7,75	12,40	15,50							
өсімдік майы	683,00	0,003	0,005	0,006	0,003	0,005	0,006	2,05	3,42	4,10								
йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08								
қызыл негізгі тұздық	636,43	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	12,73	12,73	12,73								
макаронны	396,00	0,035	0,046	0,053	0,035	0,046	0,053	13,86	18,22	20,99								
сары майы	5068,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	25,34	25,34	25,34	44,27	48,62	51,40	66,40	72,94	77,09		
йодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,07	5,07	5,07								
жеміс шыраны	200,00	0,200	0,200	0,200	0,200	0,200	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	60,00	
қара бидай наны	20	35	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64	
3-ші күн											283,46	389,37	475,60	425,20	584,06	713,40		

ет тейілігі (үрмелі) \ қызыл негізгі тұздық	сыыр еті (жағбас)	2850,00	0,107	0,162	0,216	0,079	0,119	0,159	304,95	461,70	615,60							
	өсімдік майы	683,00	0,004	0,005	0,006	0,004	0,005	0,006	2,73	3,42	4,10							

