

пай күс етінен	200	200	250	тауық еті (оран іргелес еті бар жам бас және жіліңшік)	1500,00	0,160	0,160	0,213	0,109	0,109	0,145	240,00	240,00	319,50	277,08	277,08	363,63	415,62	415,62	545,44
				өсімдік майы	683,00	0,005	0,005	0,006	0,005	0,005	3,42	3,42	4,10							
				картон	211,00	0,107	0,107	0,128	0,080	0,080	22,58	22,58	27,01							
				сабіз	177,00	0,022	0,022	0,026	0,018	0,018	3,89	3,89	4,60							
				пияз	133,00	0,012	0,012	0,014	0,010	0,010	1,60	1,60	1,86							
				томат пастасы	900,00	0,006	0,006	0,007	0,006	0,006	5,40	5,40	6,30							
				бидай үні 1 сорт	59,90	0,002	0,002	0,003	0,002	0,002	0,12	0,12	0,18							
				нодталған тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
				каты сыр	5603,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	112,06	112,06	112,06							
				кепірілген жемістер	770,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	15,40	15,40	15,40							
компот кептірілген жемістен	200	200	200	кыйт	435,00	0,02	0,020	0,02	0,02	0,02	8,70	8,70	8,70	8,70	25,60	25,60	25,60	38,4	38,4	38,4
				лимон қышқалы	1500,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	1,50	1,50	1,50							
				кара бидай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	11,88	20,79	23,76							
кара бидай наны	20	35	40																	

3-ші күні

ст котлеттері(үрмелі) \ қызыл негізгі тұздық	50\20	75\20	100\20	сир еті(котлет еті)	2850,00	0,05	0,076	0,101	0,037	0,056	0,074	142,50	216,60	287,85	174,68	259,36	339,41	262,0239	389,0349	509,1159	
				бидай нан 1 сорт	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% кептірілген нан	405,00	0,012	0,017	0,024	0,012	0,017	0,024	4,86	6,89	9,72							
				өсімдік майы	1550,00	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							
				нодталған тұз қызыл негізгі тұздық	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
				картон	636,43	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	12,73	12,73	12,73								
				сүт 2,5%	211,00	0,117	0,156	0,180	0,088	0,117	0,135	24,69	18,57	37,98							
				маргарин	405,00	0,016	0,021	0,024	0,015	0,02	0,023	6,48	6,08	9,72							
гарнир: картоп сзбесісары майы	100	130	150	нодталған тұз	1178,00	0,002	0,003	0,004	0,002	0,003	0,004	2,36	2,36	4,71	58,94	52,42	77,83	88,41	78,62	116,74	
				сары майы	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08							
				ара бал	5068,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	25,34	25,34	25,34								
				ара бал	2500,00	0,010	0,010	0,010	0,010	0,010	25,00	25,00	25,00								
ара бал	10	10	10	шай ен жоғары сорт	5000,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00	19,53	19,53	19,53	29,29	29,29	29,29	
				кайт	435,00	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53								
кара шай кайтпен және лимон	200	200	200																		