

гарнир: картоп сөзбөсү/сары майы	100	130	150	йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08									
				кызыл негизги туздук	636,43	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	12,73	12,73	12,73										
				картон	211,00	0,117	0,156	0,180	0,088	0,117	24,69	18,57	37,98										
				сүт 2,5%	405,00	0,016	0,021	0,024	0,015	0,02	6,48	6,08	9,72										
				маргарин	1178,00	0,002	0,003	0,004	0,002	0,003	2,36	2,36	4,71										
				йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08										
				сары майы	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										
				шай сн жогорду сорт	5000,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00										
				карта шай калтпен және лимон	200	200	200	435,00	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53	19,53	19,53	19,53	29,29	29,29	29,29		
карта бийдай наны	20	35	40	594,00	0,008	0,008	0,007	0,007	8,00	8,00	8,00	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64						
				карта бийдай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64						
				4-ші күн																			

кырыккабат салты	60	100	100	кырыккабат	132,00	0,059	0,10	0,099	0,047	0,079	0,079	7,79	13,07	13,07									
				сөзбө	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	0,003	0,003	0,005	2,05	3,42	3,42										
				йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08										
				кант	435,00	0,003	0,004	0,003	0,004	0,004	1,31	1,74	1,74										
				горбуша	4650,00	0,065	0,081	0,038	0,047	0,047	302,25	376,65	376,65										
				тара жармагы	170,00	0,005	0,006	0,005	0,006	0,006	0,85	1,02	1,02										
				пизз	133,00	0,017	0,022	0,022	0,015	0,018	2,26	2,93	2,93										
				картон	211,00	0,049	0,060	0,036	0,045	0,045	10,34	12,66	12,66										
				йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08										
сары майы	20	20	20	5068,00	0,020	0,020	0,020	0,020	101,36	101,36	101,36	101,36	101,36	101,36	152,04	152,04	152,04						
алма	740,00	0,052	0,052	0,045	0,045	0,045	38,48	38,48	38,48														
кант	435,00	0,024	0,024	0,024	0,024	0,024	10,44	10,44	10,44														
лимон кышкылы	1000,00	0,0001	0,0001	1E-04	1E-04	1E-04	0,10	0,10	0,10														
картон ырамагы	1500,00	0,016	0,016	0,016	0,016	0,016	24,00	24,00	24,00														
карта бийдай наны	20	35	40	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64							
				карта бийдай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64						
				5-ші күн																			

биточки смир етнен (үрмөл) \ кызыл негизги туздук	50\20	75\20	100\20	смир ет (котлет ет)	2850,00	0,05	0,076	0,101	0,037	0,056	0,074	142,50	216,60	287,85									
				бийдай нан сн жогорду сорт	214,00	0,009	0,014	0,018	0,009	0,014	1,93	3,00	3,85										
				пизз	133,00	0,021	0,032	0,042	0,018	0,027	2,79	4,26	5,59										
				сүт 2,5%	405,00	0,012	0,017	0,024	0,012	0,017	4,86	6,89	9,72										
				кеттирилген нан	1550,00	0,005	0,008	0,010	0,005	0,008	7,75	12,40	15,50										
				өсімдік майы	683,00	0,003	0,005	0,003	0,003	0,006	2,05	3,42	4,10										
				йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08										
				кызыл негизги туздук	636,43	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	13,86	18,22	20,99										
				сары майы	5068,00	0,005	0,005	0,005	0,005	0,005	25,34	25,34	25,34										
йолтылган туз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,07	5,07	5,07														
жөмөс шырынды	200	200	200	200,00	0,200	0,200	40,00	40,00	40,00														
сүзбөшөйрүмшүк	100	100	100	1500,00	0,100	0,100	150,00	150,00	150,00														
карта бийдай наны	20	35	40	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64							
				карта бийдай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	0,020	0,035	0,040	11,88	20,79	23,76	17,82	31,19	35,64						