

кара Бидай наны	20	35	40	кара Бидай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	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			
кызгылт салты	60	100	100	кызгылтша	348,00	0,049	0,09	0,09	0,037	0,071	0,071	0,037	0,071	0,071	17,05	31,32	31,32									
				алма	770,00	0,01	0,022	0,022	0,012	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	10,78	16,94	16,94	31,93	53,04	53,04	47,90	79,56	79,56			
				өсімдік майы	683,00	0,006	0,007	0,007	0,006	0,007	0,007	0,007	0,007	0,007	4,10	4,78	4,78									
сорта горбушданы	200	200	250	кызгылт лосось балыгы	4650,00	0,065	0,065	0,081	0,038	0,038	0,047	0,038	0,038	302,25	302,25	376,65										
				тара жармасы	170,00	0,005	0,005	0,006	0,005	0,005	0,006	0,005	0,005	0,85	0,85	1,02	315,78	315,78	393,33	473,664	473,66	590,00				
				пияз	133,00	0,017	0,017	0,022	0,015	0,015	0,018	0,015	0,015	2,26	2,26	2,93										
				кертөл	211,00	0,049	0,049	0,060	0,036	0,036	0,045	0,036	0,036	10,34	10,34	12,66										
				подталган тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08										
сары майы	20	20	20	сары майы	5068,00	0,020	0,020	0,020	0,020	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				
комлот келтірілген жемістен	200	200	200	келтірілген жемістер	770,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	15,40	15,40	15,40										
				калт	435,00	0,02	0,020	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	8,70	8,70	8,70	25,60	25,60	25,60	38,40	38,40	38,40	38,40				
кара Бидай наны	20	35	40	кышкыл лимон	1500,00	0,001	0,001	0,001	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	0,040	0,020	0,035	11,88	20,79	23,76	486,55	516,57	597,09	729,82	774,85	895,64				

4-ші күн

5-ші күн

ст-тефелді (үрмелі) / қызыл негізгі тұздық	60\20	90\20	120\20	сныр еті (котлет еті)	2850,00	0,052	0,078	0,104	0,038	0,057	0,076	0,038	0,057	0,076	148,20	222,30	296,40									
				күріш жармасы	482,00	0,005	0,008	0,010	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	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	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	0,004	0,006	0,008	0,24	0,36	0,48									
				подталган тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,08	0,08	0,08									
				кызыл негізгі тұздық	636,43	0,02	0,02	0,02	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	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	0,005	0,005	0,005	25,34	25,34	25,34	44,27	48,62	51,40	66,40	72,94	77,09			
				подталган тұз	76,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,07	5,07	5,07									
гарнир: макаронны пісірген сары маймен	100	130	150	шай ең жоғары сорт	5000,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00										
				калт	435,00	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53	11,53	11,53	11,53	17,29	17,29	17,29					
кара шай қалтпен	200	200	200	калт	5000,00	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	5,00	5,00	5,00										
				калт	435,00	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	0,015	6,53	6,53	6,53	11,53	11,53	11,53	17,29	17,29	17,29					
сыр порциямен	20	20	20	кәлтты сыр	5603,00	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	0,020	112,06	112,06	112,06										
				ара бал	2500,00	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	37,5	37,5	37,5				
кара Бидай наны	20	35	40	кара Бидай наны	594,00	0,020	0,035	0,040	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			