

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи
М.Т.Муродова

" " 2022 йил

"ТАСДИҚЛАЙМАН"

Тошкент вил. Наркология диспансери
бош шифоқбригазиев А.А.

" " 2022 йил



Душанба	нон	чай	сут	манка	шаккар	сариеғ	ўсимлик ёғи	гўшт	пнёз	сабзи	картошка	томат	туз	лағмон	гречка	бодринг	ун	тухум	творог	дрожжа	ловия	зираворлар	курук мева
Нонушта																							
сутли манка бўтқа			0,1	0,03	0,005	0,005																	
нон, сариеғ	0,100					0,025																	
ширин чай		0,002		0,02																			
Тўшлик																							
лағмон шўрва							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,001	0,001	0,025								0,001	
гуляш қайнат. гречка							0,01	0,07	0,02			0,002	0,002		0,06								
нон, бодринг салат, чай	0,15						0,01			0,02			0,001			0,06						0,001	
полдник																							
творогли булочка			0,03		0,01	0,005										0,05	0,1	0,03	0,001				
кампот					0,003																		0,003
кечки таом																							
ловия шўрва							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002								0,03		
нон, чай	0,15																						
жами	0,400	0,002	0,130	0,030	0,038	0,035	0,030	0,150	0,040	0,060	0,200	0,004	0,006	0,025	0,060	0,060	0,050	0,100	0,030	0,001	0,030	0,002	0,003

"Келишилди"

" " 2022 йил

"Келишилди"

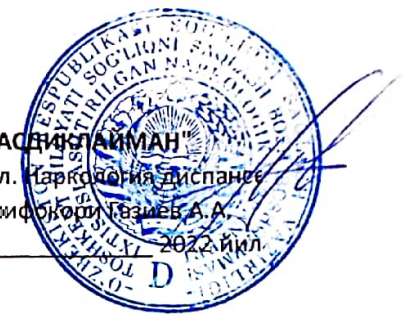
Тошкент вил. ССБ бош диетологи
М.Т.Муродова

" " 2022 йил

"ТАСВИСЛАЙМАН"

Тошкент вил. Карколония диспансер
бош шифоҳори Газиев, А.А.

" " 2022 йил



Сешанба	нон	чай	сут	гуруч	шакар	сариеғ	ўсимлик ёғи	тушт	пиез	сабзи	каргошка	томат	туз	мош	гречка	памидер	ун	тухум	қатиқ	зираворлар	маргарин	бодринг
Нонушта																						
сутли гуруч шўрва			0,1	0,03	0,005	0,005																
нон, сариеғ	0,10					0,025																
ширин чай		0,002			0,02																	
Тушлик																						
мошхўрда				0,02			0,005	0,06	0,01	0,02		0,002	0,002	0,03							0,001	
манти						0,005	0,005	0,04	0,03		0,12		0,002				0,05					0,075
нон, салат шакароб, чай	0,15								0,01							0,075						0,075
полдник																						
қатиқ																			0,2			
сомса							0,01		0,002		0,002		0,001				0,02			0,001	0,002	
кечки таом																						
гречкали шўрва							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002		0,03			1				
нон, чай, тухум	0,15																					
жами	0,400	0,002	0,100	0,050	0,025	0,035	0,015	0,150	0,060	0,040	0,220	0,003	0,006	0,030	0,030	0,075	0,050	1,000	0,200	0,002	0,002	0,075

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи
М.Т.Муродова " " 2022 йил

"ТАСТИКЛАЙМАН"

Тошкент вил. Наб.ология диспансери
бош шифокри Газиев А.А.
" " 2022 йил



Чоршанба	нон	чай	сут	тариқ ёрмаси	шакар	сариёғ	ўсимлик ёғи	ғўшт	пиёз	сабзи	картошка	томат	гуз	карам	горох	макарон	ун	тухум	творог	дрожжа	гуруч	зираворлар	шолғом	
Нонушта																								
сутли тариқ ёрма			0,1	0,03	0,005	0,005																		
шўрва, нон, сариёғ	0,01					0,025																		
ширин чай		0,002			0,02																			
Тушлик																								
сабзавотли горох шўрва							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,001	0,001		0,03							0,001	0,02	
макарон по флотски							0,01	0,06	0,02			0,002	0,002			0,06								
нон, каром салат, чай	0,15						0,01			0,02			0,001	0,08								0,001		
полдник																								
творогли булочка			0,03		0,01	0,005											0,05	0,1	0,03	0,001				
чай																								
кечки таом																								
мастава							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002									0,025		
нон, чай	0,15																							
жами	0,310	0,002	0,130	0,030	0,035	0,035	0,030	0,150	0,040	0,060	0,200	0,004	0,006	0,080	0,030	0,060	0,050	0,100	0,030	0,001	0,025	0,002	0,020	

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи
М.Т.Муродова
" " 2022 йил

"ТАСДИҚЛАЙМАН"

Тошкент вил. Нархотация диспансери
бош шифонари Гафуров А.А.
" " 2022 йил



Пайшанба	нон	чай	сут	макарон	шаккар	сариг	ўсимлик ёғи	гўшт	лиёз	сабзи	картошка	томат	туз	гуруч	карам	лявлаг	нўхат	памилор	қатиқ	зираворлар	горох	тўхум	ун	маргарин	бодринг
Нонушта																									
сутли макарон шўрва			0,1	0,03	0,005	0,005																			
нон, сариг	0,01					0,025																			
ширин чай		0,002			0,02																				
Тушлик																									
борш							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,002	0,002		0,1	0,03				0,001					
ош							0,015	0,06	0,02	0,06			0,002	0,06			0,01								
нон, салат шакароб, чай	0,15								0,005				0,001					0,075							0,075
полдник																									
қатиқ																			0,2						
сомса							0,002		0,002		0,001		0,001										0,002	0,001	
кечки таом																									
горохли шўрва							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002								0,025				
нон, чай, тўхум	0,15																					1			
жами	0,310	0,002	0,100	0,030	0,025	0,030	0,027	0,150	0,047	0,100	0,201	0,003	0,008	0,060	0,100	0,030	0,010	0,075	0,200	0,001	0,025	1,000	0,002	0,001	0,075

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи

М.Т.Муродова

" " 2022 йил

"ТАСДИҚЛАЙМАН"

Тошкент вил. Наркология диспансери

бош шифокори Тазиев А.А.

" " 2022 йил



Жума	нон	чай	сут	манка	шакар	сариёғ	ўсимлик ёғи	гўшт	пиёз	сабзи	картошка	томат	туз	карам	гуруч	макарон	ун	тухум	творог	дрожжа	перловка	зирварлар	бодринг	курук мева
Нонушта																								
сутли манка бўтқа			0,1	0,03	0,005	0,005																		
нон, сариёғ	0,01					0,025																		
ширин чай		0,002			0,02																			
Тушлик																								
макарон шўрва							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,001			0,025						0,001		
карам дўлма							0,005	0,05	0,02			0,002	0,002	0,1	0,02									
нон, бодринг салат, чай	0,15						0,01			0,02			0,001									0,001	0,06	
полдник																								
творогли булочка			0,03		0,01	0,005											0,05	0,1	0,03	0,001				
кампот					0,05																			0,05
кечки таом																								
перловкали шўрва							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002								0,025			
нон, чай	0,15																							
жами	0,310	0,002	0,130	0,030	0,085	0,035	0,025	0,150	0,040	0,060	0,200	0,004	0,006	0,100	0,020	0,025	0,050	0,100	0,030	0,001	0,025	0,002	0,060	0,050

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи

М.Т.Муродова

" " 2022 йил

"ТАСДИҚЛАЙМАН"

Тошкент вил. Наркология диспансери

бош шифокори Газиёв А.А.

" " 2022 йил



Шанба	нон	чай	сут	гуруч	шаккар	сариеғ	ўсимлик ёғи	гўш	пнёз	сяён	картошка	томат	туз	гречка	карам	шолғом	бодринг	булғор калампир	энварлар	мош	тухум	катиқ	зелин
Нонушта																							
сутли гуруч шўрва			0,1	0,03	0,005	0,005																	
нон, сариеғ	0,01					0,025																	
ширин чай		0,002			0,02																		
Тушлик																							
гречкали шўрва							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,001	0,001	0,03					0,001				
сабзавотли димлама							0,010	0,07	0,02	0,02	0,15	0,002	0,002		0,1	0,3		0,01					
нон, салат акрошка, чай	0,15												0,001				0,06				0,1	0,001	
полдник																							
тухум, чай																					1		
кечки таом																							
мошхўрда				0,02			0,005	0,04	0,01	0,02		0,001	0,002							0,03			
нон, чай	0,15																						
жами	0,310	0,002	0,100	0,050	0,025	0,030	0,020	0,150	0,040	0,060	0,250	0,004	0,006	0,030	0,100	0,300	0,060	0,010	0,001	0,030	1,000	0,100	0,001

"КЕЛИШИЛДИ"

" " 2022 йил

"КЕЛИШИЛДИ"

Тошкент вил. ССБ бош диетологи
М.Т.Муродова " " 2022 йил

"ТАСДИКЛАЙМАН"

Тошкент вил. Наркология диспансери
бош шифоибори Давидов А.А.
" " 2022 йил



Якшанба	нон	чай	сут	геркулес	шakar	сариг	ўсимлик ёғи	гўшт	пиёз	сабзи	картошка	томат	гуз	памидор	гуруч	мош	перловка	тухум	қатиқ	зирворлар	ун	творог	дрожж	бодринг
Нонушта																								
сутли геркулес бўтқа			0,1	0,03	0,005	0,005																		
нон, сариёғ	0,01					0,025																		
ширин чай		0,002			0,02																			
Тушлик																								
перловка шўрва							0,005	0,04	0,01	0,02	0,1	0,001	0,001				0,020			0,001				
мошкичири							0,015	0,06	0,02	0,02		0,001	0,002		0,03	0,04								0,075
нон, салат шакароб, чай	0,15								0,010				0,001	0,075										
полдник																			0,2					
қатиқ																		0,100			0,050	0,003	0,001	
творогли булочка			0,030		0,010	0,005																		
кечки таом																								
мампар							0,005	0,05	0,01	0,02	0,1	0,001	0,002								0,02			
нон, чай, тухум	0,15																1							
жами	0,310	0,002	0,130	0,030	0,035	0,035	0,025	0,150	0,050	0,060	0,200	0,003	0,006	0,075	0,030	0,040	0,020	1,100	0,200	0,001	0,070	0,003	0,001	0,075