

1-3 ёштаги болалар учун  
10 кунлик намунавий  
таомнома

КТИ Клиникаси



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорқалпоғистон тиббиёт институти

ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 1-кун

Таомлар номи	Таом вазни	Махсумот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Сутли гречкалы бутка	250	Гречка Сут Шакар Сариёғ
Ширин чой	150	Курук чой Шакар
Сариёғли нон	55/10	Нон Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>Тушлик</b>		
Махора гороховый суп	300	Нухот
		Мол гошти
		Сабзи
		Пиёз
		Томат паста
		Картошка
		Сариёғ
Димлама	250	Туз
		Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Тамат паста
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
		Шакар
Нон	30	Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Творогли сырник	80	Творог
		Бугдой уни
		Тухум
		Шакар
		Сариёғ
Сут	200	Сут
Тухум		Шакар Тухум
<b>Кечки овкат</b>		
Мастава	300	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	20	Сабзи
Иогурт	200	Нон Иогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорғалпоғистон тиббиёт институти

ректори О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 2-кун

Таомлар номи	Таом вази	Махсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Омлет	100	Тухум
		Сут
		Туз
		Сариёғ
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	200	Ичимлик кукуни
<b>Тушлик</b>		
Вермешель шурва	300	Мол гушти
		Вермишель
		Картошка
		Пиёз
		Томат паста
		Сабзи
		Сариёғ
Карам дулма	250	Туз
		Мол гушти
		Карам
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Гуруч
Кайтанилган канд лавлаги	50	Туз
		Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
		Шакар
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
Нон	30	Шакар
		Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Повидлоли ватрушка	60	Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуриш
		Повидло
		Усимлик ёғи
		Туз
Сут	100	Творог
		Сут
<b>Кечки овкат</b>		
Перловкали шурва	300	Шакар
		Мол гушти
		Перловка
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	20	Картошка
		Сабзи
Катик	200	Нон
		Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракаллогистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таом тартиби

Таомлар номи	Таом вази	Махсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Тарик бутка	200	Тарик ёрмаси
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Сут	150	Сут
		Шакар
Сариёғли нон	50/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Олма	100	Олма
<b>Тушлик</b>		
Борщ шурваси	300	Кизил лавлаги
		Карам
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Томат паста
		Сметана
		Мол гушти
		Шакар
		Сариёғ
		Туз
Гошли котлет	75	Гош
		Нан
		Сут
		Усимлик ёғи
Туз		
Гарнир ( картошка шореси )	100	Картошка
		Сут
		Сариёғ
		Туз
Бодринг салати	50	Бодринг
		Усимлик ёғи
		Кук пиёз
Туз		
Курук мева кампоти	150	Курук мева
Нон	30	Шакар
		Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Булочка пишлокли бутерброд	60/20	Пишлок
		Ун 1-сорт
		Шакар
		Сариёғ
		Сут
		Хамир туруш
Туз		
<b>Кечки овкат</b>		
Шавля	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	20	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИКЛАЙМАН  
 Қорақалпоғистон тиббиёт институти  
 ректори \_\_\_\_\_ О.А.Атаниязова  
 2022 йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 4-кун

Таомлар номи	Таом вазни	Маҳсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Вермишель сутли суюқ ош	350	Вермишель
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Сутли чой	150	Кора чой
		Сут
		Шакар
Сариёғ	50/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>Тушлик</b>		
Картошкали шурва	300	Мол гушти
		Сариёғ
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Кук пиёз
		Туз
		Туз
Гуштли палов	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Туз
Помидор салати	50	Помидор
		Кук пиёз
		Туз
Наматак ичимлиги	150	Курутилган наматак
Нон	30	Шакар
		Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Твороглы запеканка	60	Творог
		Манка ёрмаси
		Шакар
		Тухум
		Зариёғ
		Сухари
		Сметана
Компот	150	Сут
		Шакар
<b>Кечки овкат</b>		
Чувара	250	Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	20	Сабзи
		Нон
Катик	200	Катик



СОҒЛИҚ ВАЗИРАТИ АСДИҚЛАЙМАН

Қорақалпоғистон тиббиёт институти

ректори

О.А.Атаниязова

2022 йил

## 1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий рационли

Таомлар номи	Таом авзни	Таом ҳисоблаш номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли шир кавок	250	Кавок
		Гуруч
		Шакар
		Сут
		Сариёғ
Кайнатилган тухум	1-дона	Тухум
Ширинчой	150	Курук чой
		Шакар
Сариёғли нон	50/10	Творог
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Творог билан сметана	100/20	Творог
		Сметана
<b>ТУШЛИК</b>		
Ун оши	300	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Томат
		Бугдой уни
		Картошка
		Туз
Балик котлет	100	Балик
		Сут
		Нон
		Сариёғ
		Сухари
Бодиринг ва помидор салати	100	Туз
		Бодиринг
		Помидор
		Усимлик ёғи
		Кук пиёз
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
		Шакар
Нон	30	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Повидлоли оладий	75	Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуруиш
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Повидло
		Туз
Кайнатилган сут	100	Сут
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Тефтель	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	20	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорқақаллоғистон тиббиёт институти

ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 6-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли маний буткаси	200	Манка ёрмаси
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Сут	100	Сут
		Шакар
Сариёғли нон	50/10	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Олма	100	Олма
<b>ТУШЛИК</b>		
Сабзаводли шурва гушт-суюк кайнатмасида	300/20	Мол гушти
		Карам
		Сабзи
		Пиёз
		Картошка
		Томат паста
		Сариёғ сметана
		Туз
Гуштли жаркоп	250	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Туз
Помидор салати	50	Помидор
		Кук пиёз
		Туз
Курук мева компоти	150	Курук мева
		Шакар
Нон	30	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Булочка-джемли бутербурод	60	Ун 1-сорт
		Шакар
		Сариёғ
		Сут
		Хамиртуруиш
		Туз
		Джем
Чой	150	Курук чой
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Мошкичири	250	Мол гушти
		Гуруч
		Маш
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	20	Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИКЛАЙМАН  
Қоракалпоғистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1--3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомланган кун

Таомлар номи	Таом авзни	Таомланган номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Перловкали сутли бутка	200	Перловка Сут Сариёғ Туз Шакар
Сут	100	Сут Шакар
Сариёғли нон	50/10	Нон Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Лобия оши	300	Картошка Мол гушти Лобия Сабзи Пиёз Сариёғ Туз
Димланган товук гушти	70	Товук гушти Сариёғ Пиёз Сабзи Туз Сариёғ Туз
Гарнир (картошка пюреси)	100	Картошка Сут Пиёз Туз
Сабзаводли салат	70	Карам Сабзи Шакар Усимлик ёғи Туз
Курук мева компоти	150	Курук мева Шакар
Нон	30	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли сырник	70/20	Творог Бугдой уни Тухум Сметана Сариёғ
Ширинчай	150	Курук чай Шакар
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Ажабсанда	250	Усимлик ёғи Пиёз Сабзи Картошка Карам
Нон	20	Нон
Йогурт	200	Йогурт





ТАСДИКЛАЙМАН  
Жоракаллогистон тиббиёт институти  
ректори О.А.Атаниязова  
2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 8-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли овсянка бутка	250	Овсянка
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Кайнатилган сут	100/6	Сут
		Шакар
Нон билан сариёғ	50/20	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	150	Ичимлик кукуну
<b>ТУШЛИК</b>		
Горохли шурва	300	Мол гушти
		Сариёғ
		Сабзи
		Пиёз
		Томат
		Горох
		Картошка
		Туз
Манти	250	Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Наматак ичимлиги	150	Туз
		Куритилган наматак
Нон	30	Шакар
Повидлоли оладий	75	Нон
		Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуриш
		Шакар
		Усимлик ёғи
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Повидло	75	Повидло
		Туз
		Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуриш
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Макаронли шурва	300	Мол гушти
		Макарон
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	20	Сабзи
Нон	20	Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН  
Қоракөлпоғитрон тиббиет институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таом نوم 9-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли гуруч суюк ош	250	Гуруч
		Сут
		Шакар
Кайнатилган сут	100/10	Сариёғ
		Сут
Нон билан пишлок	50/20	Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Олма	100	Олма
<b>ТУШЛИК</b>		
Картошкали шурва	300/25	Картошка
		Сабзи
		Пиёз
		Томат
		Сариёғ
		Мол гушти
		Туз
Димланган гушт	75	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Гречка буткаси	50	Туз
		Гречка
		Сариёғ
Бодиринг салати	50	Туз
		Бодиринг
		Усимлик ёғи
Курук мева компоти	150	Кук пиёз
		Туз
Нон	30	Курук мева
		Шакар
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Булочка билан сариёғ	60/10	Нон
		Сариёғ
		Ун 1-сорт
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Сут
Лапша	300	Хамиртуруш
		Туз
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Лапша	300	Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	20	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Каракалпақистон тиббиёт институти

ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

1-3 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 10-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Гречкали суюк ош	350	Сут
		Гречка
		Сариёғ
Кайнатилган тухум	1-дона	Шакар
		Тухум
Нон	50	Нон
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Мошхурда	300	Мол гушти
		Гуруч
		Маш
		Сабзи
		Пиёз
		Сариёғ
		Томат паста
Димланган гушт	55	Туз
		Мол гушти
		Сариёғ
		Пиёз
Гарнир (картошка пюреси)	100	Туз
		Картошка
		Сут
Кайнатилган канд лавлаги	50	Сариёғ
		Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
Курук мева компоти	150	Шакар
		Курук мева
Нон	30	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли ватрушка	70	Курук чой
		Шакар
		Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуруиш
Ширинчой	150	Творог
		Усимлик ёғи
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Гушт бурак	250	Туз
		Курук чой
		Шакар
		Мол гушти
Нон	20	Бугдой уни
		Усимлик ёғи
Катик	200	Катик

3-7 ёштаги болалар учун  
10 кунлик намунавий  
таомнома

КТИ Клиникаси





**3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 2-қисм**

Таомлар номи	Таом вазни	Маҳсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Омлет	100	Тухум
		Сут
		Туз
		Сариёғ
Сариёғли нон	55/10	Нон Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	200	Ичимлик кукуни
<b>Тушлик</b>		
Вермешель шурва	500	Мол гушти
		Вермищель
		Картошка
		Пиёз
		Томат паста
		Сабзи
		Сариёғ
		Туз
Карам дулма	250	Мол гушти
		Карам
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Гуруч
		Туз
Кайтанилган канд лавлаги	50	Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
		Шакар
		Туз
Курук мева компоти	150	Курук мева
		Шакар
Нон	60	Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Повидлоли ватрушка	60/100	Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуриш
		Повидло
		Усимлик ёғи
		Туз
Сут	100	Творог
		Сут
<b>Кечки овкат</b>		Шакар
		Мол гушти
		Перловка
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Перловкали шурва	500	Картошка
		Сабзи
		Нон
Нон	60	Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИКЛАЙМАН

Қарақалпоғистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 3-кун

Таомлар номи	Таом вази	Махсулот номи
<b>Эргалабки нонушта</b>		
Тарик бутка	200	Тарик ёрмаси
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Сут	150	Сут
		Шакар
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Олма	100	Олма
<b>Тушлик</b>		
Борщ шурваси	500	Кизил лавлаги
		Карам
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Томат паста
		Сметана
		Мол гушти
		Шакар
		Сариёғ
		Туз
Гошли котлет	75	Гош
		Нан
		Сут
		Усимлик ёғи
		Туз
Гарнир ( картошка пюреси )	100	Картошка
		Сут
		Сариёғ
		Туз
Бодринг салати	50	Бодринг
		Усимлик ёғи
		Кук пиёз
		Туз
Курук мева кампоти	150	Курук мева
		Шакар
Нон	60	Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Булочка пишлокли бутерброд	60/20	Пишлок
		Ун 1-сорт
		Шакар
		Сариёғ
		Сут
		Хамир туруш
Туз		
<b>Кечки овкат</b>		
Шавля	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	60	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Каракалпақстан тиббиёт институту  
ректори: \_\_\_\_\_

О.А.Атаниязова

2022 йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 4-кун

Таомлар номи	Таом вазни	Махсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Вермишель сутли суюк ош	350	Вермишель
		Сут
		Шакар
Сутли чой	150	Сариёғ
		Кора чой
		Сут
Сариёғ	55/10	Шакар
		Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>Тушлик</b>		
Картошкали шурва	500	Мол гушти
		Сариёғ
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Кук пиёз
		Туз
Гуштли палов	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Наматак ичимлиги	150	Курутилган наматак
Нон	60	Шакар
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Твороглы запеканка	60	Нон
		Творог
		Манка ёрмаси
		Шакар
		Тухум
		Зариёғ
Компот	150	Сухари
		Сметана
		Сут
<b>Кечки овкат</b>		
Чучвара	250	Шакар
		Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
Нон	60	Пиёз
Катик	200	Сабзи
		Нон
		Катик





ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпоғистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 5-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли шир кавок	250	Кавок
		Гуруч
		Шакар
		Сут
Кайнатилган тухум	1-дона	Тухум
Ширинчой	150	Курук чой
Сариёгли нон	55/10	Шакар
		Творог
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Творог билан сметана	100/20	Творог
		Сметана
<b>ТУШЛИК</b>		
Ун оши	500	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Томат
		Бугдой уни
		Картошка
Балик котлет	100	Туз
		Балик
		Сут
		Нон
		Сариёғ
Бодиринг ва помидор салати	100	Сухари
		Туз
		Бодиринг
		Помидор
Курук мева компоти	150	Усимлик ёғи
		Кук пиёз
		Туз
Нон	60	Курук мева
		Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Повидлоли оладий	75	Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуриш
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Повидло
Кайнатилган сут	100	Туз
		Сут
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Тефтель	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	60	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпокистон тиббиёт институти

ректори О.А.Атаниязова

2022йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 6-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли маний буткаси	200	Манка ёрмаси
		Сут
		Шакар
Сут	100	Сариёғ
		Сут
		Шакар
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Олма	100	Олма
<b>ТУШЛИК</b>		
Сабзаводли шурва	500/20	Мол гушти
		Карам
		Сабзи
		Пиёз
		Картошка
		Томат паста
		Сариёғ сметана
		Туз
Гушти жаркоп	250	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
Нон	60	Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Булочка-джемли бутербурод	60	Ун 1-сорт
		Шакар
		Сариёғ
		Сут
		Хамиртуриш
		Туз
		Джем
Чой	150	Курук чой
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Мошкичири	250	Мол гушти
		Гуруч
		Маш
		Усимлик ёғи
Нон	60	Пиёз
		Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қораканлигонистон тиббиёт институти  
ректори О.А.Атаниязова

2022йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 7-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Перловкали сутли бутка	200	Перловка
		Сут
		Сариёғ
		Туз
Сут	100	Шакар
		Сут
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Лобия оши	500	Картошка
		Мол гушти
		Лобия
		Сабзи
		Пиёз
		Сариёғ
		Туз
Димланган товук гушти	70	Товук гушти
		Сариёғ
		Пиёз
		Сабзи
		Туз
		Сариёғ
Гарнир (картошка пюреси)	100	Туз
		Картошка
		Сут
		Пиёз
Сабзаводли салат	70	Туз
		Карам
		Сабзи
		Шакар
		Усимлик ёғи
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
Нон	60	Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли сырник	70/20	Творог
		Бугдой уни
		Тухум
		Сметана
Ширинчай	150	Сариёғ
		Курук чой
Ажабсанда	250	Шакар
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Картошка
Нон	60	Карам
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпокистон тиббиёт институти

ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 8-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли овсянка бутка	250	Овсянка
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Кайнатилган сүт	100/6	Сут
		Шакар
Нон билан сариёғ	55/20	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	150	Ичимлик кукуну
<b>ТУШЛИК</b>		
Горохли шурва	500	Мол гүшти
		Сариёғ
		Сабзи
		Пиёз
		Томат
		Горох
		Картошка
		Туз
Манти	250	Мол гүшти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Наматак ичимлиги	150	Туз
		Куририлган наматак
Нон	60	Шакар
Повидлоли оладий	75	Нон
		Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуруиш
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Повидло
Туз		
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Макаронли шурва	500	Мол гүшти
		Макарон
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	60	Сабзи
Катик	200	Нон
		Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорақалпоғистон тиббиёт институти  
ректори О.А.Атаниязова

2022 йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 9-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи		
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>				
Сутли гуруч суюқ ош	250	Гуруч		
		Сут		
		Шакар		
		Сариёғ		
Кайнатилган сут	100/10	Сут		
		Шакар		
Нон билан пишлок	55/20	Нон		
		Пишлок		
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>				
Олма	100	Олма		
<b>ТУШЛИК</b>				
Картошкали шурва	500/25	Картошка		
		Сабзи		
		Пиёз		
		Томат		
		Сариёғ		
		Мол гушти		
		Туз		
Димланган гушт	75	Мол гушти		
		Усимлик ёғи		
		Пиёз		
Гречка буткаси	50	Туз		
		Гречка		
		Сариёғ		
Бодиринг салати	50	Туз		
		Бодиринг		
		Усимлик ёғи		
		Кук пиёз		
Курук мева компоти	150	Туз		
		Курук мева		
Нон	60	Шакар		
		Нон		
		<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
		Булочка билан сариёғ	60/10	Сариёғ
				Ун 1-сорт
				Шакар
Усимлик ёғи				
Сут				
Хамиртуруш				
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>				
Лапша	500	Туз		
		Мол гушти		
		Бугдой уни		
		Усимлик ёғи		
		Пиёз		
Нон	60	Картошка		
		Сабзи		
Йогурт	200	Нон		
		Йогурт		



**ТАСДИҚЛАЙМАН**  
**Коракалпоғистон тиббиёт институти**  
**ректори** *[Signature]* **Ф.А.Атаниязова**  
 2022йил

**3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 10-кун**

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Гречкали суюк ош	350	Сут
		Гречка
		Сариёғ
		Шакар
Кайнатилган тухум	1-дона	Тухум
Кайнатилган сут	100	Сут
		шакар
Нон	55	Нон
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Мошхурда	500	Мол гушти
		Гуруч
		Маш
		Сабзи
		Пиёз
		Сариёғ
		Томат паста
		Туз
Димланган гушт	55	Мол гушти
		Сариёғ
		Пиёз
		Туз
Гарнир (картошка пюреси)	100	Картошка
		Сут
		Сариёғ
Кайнатилган канд лавлаги	50	Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
		Шакар
		Туз
Нон	60	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли ватрушка	70	Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуриш
		Творог
		Усимлик ёғи
		Туз
Ширинчой	150	Курук чой
		Шакар
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Гушт бурак	250	Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
Нон	60	Нон
Катик	200	Катик

3-7 ёштаги болалар учун  
10 кунлик намунавий  
таомнома

КТИ Клиникаси







**3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 2-қисм**

<b>Таомлар номи</b>	<b>Таом вази</b>	<b>Маҳсулот номи</b>
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Омлет	100	Тухум
		Сут
		Туз
		Сариёғ
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	200	Ичимлик кукуни
<b>Тушлик</b>		
Вермешель шурва	500	Мол гушти
		Вермишель
		Картошка
		Пиёз
		Томат паста
		Сабзи
		Сариёғ
		Туз
Карам дулма	250	Мол гушти
		Карам
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Гуруч
		Туз
Кайтанилган канд лавлаги	50	Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
		Шакар
		Туз
Курук мева компоти	150	Курук мева
		Шакар
Нон	60	Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Повидлоли ватрушка	60/100	Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуруш
		Повидло
		Усимлик ёғи
		Туз
		Творог
Сут	100	Сут Шакар
<b>Кечки овкат</b>		
Перловкали шурва	500	Мол гушти
		Перловка
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	60	Сабзи
		Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИКЛАЙМАН

Қоралпоғистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022 йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 3-кун

Таомлар номи	Таом вази	Махсулот номи
<b>Эргалабки нонушта</b>		
Тарик бутка	200	Тарик ёрмаси
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Сут	150	Сут
		Шакар
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Олма	100	Олма
<b>Тушлик</b>		
Борщ шурваси	500	Кизил лавлаги
		Карам
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Томат паста
		Сметана
		Мол гушти
		Шакар
		Сариёғ
		Туз
Гошли котлет	75	Гош
		Нан
		Сут
		Усимлик ёғи
		Туз
Гарнир ( картошка пюреси )	100	Картошка
		Сут
		Сариёғ
		Туз
Бодринг салати	50	Бодринг
		Усимлик ёғи
		Кук пиёз
		Туз
Курук мева кампоти	150	Курук мева
		Шакар
Нон	60	Нон
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Булочка пишлокли бутерброд	60/20	Пишлок
		Ун 1-сорт
		Шакар
		Сариёғ
		Сут
		Хамир туруш
Туз		
<b>Кечки овкат</b>		
Шавля	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
Нон	60	Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Каракалпақстан тиббиёт институти

ректори:

О.А.Атаниязова

2022 йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 4-кун

Таомлар номи	Таом вазни	Махсулот номи
<b>Эрталабки нонушта</b>		
Вермишель сутли суюк ош	350	Вермишель
		Сут
		Шакар
Сутли чой	150	Сариёғ
		Кора чой
		Сут
Сариёғ	55/10	Шакар
		Нон
		Сариёғ
<b>Иккинчи нонушта</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>Тушлик</b>		
Картошкали шурва	500	Мол гушти
		Сариёғ
		Картошка
		Пиёз
		Сабзи
		Кук пиёз
		Туз
Гуштли палов	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Наматак ичимлиги	150	Курутилган наматак
Нон	60	Шакар
<b>Иккинчи тушлик</b>		
Твороглы запеканка	60	Нон
		Творог
		Манка ёрмаси
		Шакар
		Тухум
		Зариёғ
Компот	150	Сухари
		Сметана
		Сут
<b>Кечки овкат</b>		
Чучвара	250	Шакар
		Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
Нон	60	Пиёз
Катик	200	Сабзи
		Нон
		Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпоғистон тиббиёт институти  
режиссори О.А.Атаниязова

2022йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 5-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли шир кавок	250	Кавок
		Гуруч
		Шакар
		Сут
Кайнатилган тухум	1-дона	Тухум
Ширинчой	150	Курук чой
Сариёгли нон	55/10	Шакар
		Творог
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Творог билан сметана	100/20	Творог
		Сметана
<b>ТУШЛИК</b>		
Ун оши	500	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Томат
		Бугдой уни
		Картошка
Балик котлет	100	Туз
		Балик
		Сут
		Нон
		Сариёғ
Бодиринг ва помидор салати	100	Сухари
		Туз
		Бодиринг
		Помидор
Курук мева компоти	150	Усимлик ёғи
		Кук пиёз
		Туз
Курук мева	60	Курук мева
Нон	60	Шакар
Нон	60	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Повидлоли оладий	75	Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуриш
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Повидло
Кайнатилган сут	100	Туз
		Сут
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Тефтель	250	Мол гушти
		Гуруч
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	60	Сабзи
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпокистон тиббиёт институти

ректори О.А.Атаниязова

2022йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 6-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли маний буткаси	200	Манка ёрмаси Сут Шакар Сариёғ
Сут	100	Сут Шакар
Сариёғли нон	55/10	Нон Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Олма	100	Олма
<b>ТУШЛИК</b>		
Сабзаводли шурва	500/20	Мол гушти Карам Сабзи Пиёз Картошка Томат паста Сариёғ сметана Туз
Гушти жаркоп	250	Мол гушти Усимлик ёғи Картошка Пиёз Сабзи Туз
Помидор салати	50	Помидор Кук пиёз Туз
Курук мева компоти	150	Курук мева Шакар
Нон	60	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Булочка-джемли бутербурод	60	Ун 1-сорт Шакар Сариёғ Сут Хамиртириш Туз Джем
Чой	150	Курук чой
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Мошкичири	250	Мол гушти Гуруч Маш Усимлик ёғи Пиёз
Нон	60	Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қораканлигонистон тиббиёт институти  
ректори О.А.Атаниязова

2022йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 7-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Перловкали сутли бутка	200	Перловка
		Сут
		Сариёғ
		Туз
Сут	100	Шакар
		Сут
Сариёғли нон	55/10	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Лобия оши	500	Картошка
		Мол гушти
		Лобия
		Сабзи
		Пиёз
		Сариёғ
		Туз
Димланган товук гушти	70	Товук гушти
		Сариёғ
		Пиёз
		Сабзи
		Туз
		Сариёғ
Гарнир (картошка пюреси)	100	Туз
		Картошка
		Сут
		Пиёз
Сабзаводли салат	70	Туз
		Карам
		Сабзи
		Шакар
		Усимлик ёғи
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
Нон	60	Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли сырник	70/20	Творог
		Бугдой уни
		Тухум
		Сметана
Ширинчай	150	Сариёғ
		Курук чай
Ажабсанда	250	Шакар
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Сабзи
		Картошка
Нон	60	Карам
		Нон
Йогурт	200	Йогурт



ТАСДИҚЛАЙМАН

Коракалпокистон тиббиёт институти  
ректори

О.А.Атаниязова

2022йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 8-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли овсянка бутка	250	Овсянка
		Сут
		Шакар
Кайнатилган сүт	100/6	Сариёғ
		Сут
		Шакар
Нон билан сариёғ	55/20	Нон
		Сариёғ
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Витаминга бойитилган ичимлик	150	Ичимлик кукуну
<b>ТУШЛИК</b>		
Горохли шурва	500	Мол гүшти
		Сариёғ
		Сабзи
		Пиёз
		Томат
		Горох
		Картошка
		Туз
Манти	250	Мол гүшти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Помидор салати	50	Туз
		Помидор
		Кук пиёз
Наматак ичимлиги	150	Туз
		Курилган наматак
Нон	60	Шакар
Повидлоли оладий	75	Нон
		Бугдой уни
		Тухум
		Сут
		Хамиртуруш
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Повидло
Туз		
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Макаронли шурва	500	Мол гүшти
		Макарон
		Усимлик ёғи
		Пиёз
		Картошка
Нон	60	Сабзи
Нон	60	Нон
Катик	200	Катик



ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорақалпоғистон тиббиёт институти  
ректори О.А.Атаниязова

2022 йил

## 3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий рақомнома 9-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Сутли гуруч суюқ ош	250	Гуруч
		Сут
		Шакар
		Сариёғ
Кайнатилган сут	100/10	Сут
		Шакар
Нон билан пишлок	55/20	Нон
		Пишлок
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Олма	100	Олма
<b>ТУШЛИК</b>		
Картошкали шурва	500/25	Картошка
		Сабзи
		Пиёз
		Томат
		Сариёғ
		Мол гушти
		Туз
Димланган гушт	75	Мол гушти
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Гречка буткаси	50	Туз
		Гречка
		Сариёғ
Бодиринг салати	50	Туз
		Бодиринг
		Усимлик ёғи
		Кук пиёз
Курук мева компоти	150	Туз
		Курук мева
Нон	60	Шакар
		Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Булочка билан сариёғ	60/10	Сариёғ
		Ун 1-сорт
		Шакар
		Усимлик ёғи
		Сут
		Хамиртуруш
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Лапша	500	Туз
		Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
		Пиёз
Нон	60	Картошка
		Сабзи
Йогурт	200	Нон
		Йогурт





ТАСДИҚЛАЙМАН

Қорақалпоғистон тиббиёт институти

ректори

Ф.А.Атаниязова

2022йил

3-7 ёштаги болалар учун кунлик намунавий таомнома 10-кун

Таомлар номи	Таом авзни	Махсулот номи
<b>ЭРТАЛАБКИ НОНУШТА</b>		
Гречкали суюк ош	350	Сут
		Гречка
		Сариёғ
Шокар		
Кайнатилган тухум	1-дона	Тухум
Кайнатилган сут	100	Сут
		шокар
Нон	55	Нон
<b>ИККИНЧИ НОНУШТА</b>		
Шарбат	100	Шарбат
<b>ТУШЛИК</b>		
Мошхурда	500	Мол гушти
		Гуруч
		Маш
		Сабзи
		Пиёз
		Сариёғ
		Томат паста
		Туз
Димланган гушт	55	Мол гушти
		Сариёғ
		Пиёз
Туз		
Гарнир (картошка пюреси)	100	Картошка
		Сут
		Сариёғ
Кайнатилган канд лавлаги	50	Канд лавлаги
		Усимлик ёғи
		Шокар
Туз		
Нон	60	Нон
<b>ИККИНЧИ ТУШЛИК</b>		
Творогли ватрушка	70	Бугдой уни
		Сариёғ
		Тухум
		Хамиртуриш
		Творог
		Усимлик ёғи
Туз		
Ширинчой	150	Курук чой
		Шокар
<b>КЕЧКИ ОВКАТ</b>		
Гушт буррак	250	Мол гушти
		Бугдой уни
		Усимлик ёғи
Пиёз		
Сабзи		
Нон	60	Нон
Катик	200	Катик