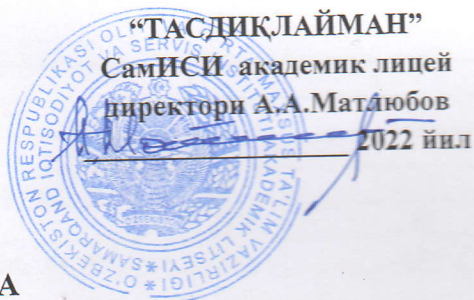


“КЕЛИШИЛДИ”

Самарқанд вилоят ДСЭНМ бош врач

2022 йил _____



ТАОМНОМА

2022 йил _____ -кун

№	Махсулот номи	Махсулот миқдори	Килокалория
НОНУШТА (1 нафар кишига)			
1	Сутли манная каша (Сут, Манная крупа, шакар, сариёғ, сув)	400	305
2	Сутли гуручли шурва (сут, гуруч, шакар, сариёғ, сув)	400	300
3	Пишлоқ	15	300
4	Сариёғ	20	374
5	Қайнатилган тухум	1 дона	157
6	Ширин чой (курук чой кўк ёки қора, шакар, қайнаган сув)	200	81
7	Мевали компот (Олчали, Ўрикчи, олмали, Олвали)	200	129
8	Шакар	25	90
9	Мураббо (Олчали, Ўрикчи, олмали, Олвали)	30	86
10	Творогли блинчик (ун, сут, сариёғ, шакар, тухум, сув кефир, творог)	200	402
11	Нон (қора нон, оила нон, қолипли нон – навли бугдой унидан)	150	400
ТУШЛИК			
1-ТАОМ			
1	Янги қарамдан ши (қарам, сабзи, пиёз, помидор, тоmat, ун, сариёғ, гўшти ёки сабзили бульон)	400	102
2	Гуручли шурва гўшти фрикаделька билан. (гуруч, сабзи, пиёз, сабзавотли бульон, фрикаделька, гўшт, тухум, сув)	400	250
2-ТАОМ			
1	Димланган қарам. (қарам, сабзи, пиёз, ун, шакар, тоmat, кунгабоқар ёғи)	200	137
2	Гўшти рагу. (Гўшт, сут, сариёғ, ун, тоmat, сабзи, кўкат, кўк нўхат)	250	393
Салатлар			
1	Ҳар хил ҳом сабзавотлардан салат (Сабзи, помидор, Бодринг, кўкатлар, қарам)	100	59
2	Помидорли салат (помидор, пиёз)	100	59
3	Қарам салат (қарам, кўк пиёз, сариёғ, шакар)	100	91
Мевалар			
1	Гилос	250	125
2	Олма	250	110
Ичимликлар			
1	Ширин чой (курук чой кўк ёки қора, шакар, қайнаган сув)	200	81
2	Мевали компот (Олчали, Ўрикчи, олмали, Олвали)	200	129
Нонлар			
1	Нон (қора нон, Оила нон, қолипли нон 1-навли бугдой унидан)	150	400
1	Музкаймак	100	118

КЕЧКИ ОВҚАТ			
Таомлар			
1	Гўшти ва гуручли тефтел (гўшт, гуруч, сут, сариёғ, тухум)	80	253
	Картошка пюре (гарнер) (картошка, сут, сариёғ)	200	259
2	Қайнатилган гўшти ва гуручли дўлма (гўшт, карам, гуруч, ун, сариёғ)	200	306
Салатлар			
1	Помидор ва бодрингли салат (помидор, бодринг, кўк пиёз)	100	58
2	Помидорли салат (помидор, пиёз)	100	59
3	Карам салат (карам, кўк пиёз, сариёғ, шакар)	100	91
Мевалар			
1	Олма	250	110
	Ўрик	250	85
Ичимликлар			
1	Ширин чой (курук чой кўк ёки қора, шакар, қайнаган сув)	200	81
2	Мевали компот (Олчали, Ўрикчи, олмали, Олвали)	200	129
Нонлар			
1	Нон (қора нон, оила нон, қолипчи нон – навли бугдой ундан)	150	400