

	6 күн	7 күн	8 күн	9 күн	10 күн
З	Сүтке илпиритен тегураак жармакы	Сүтке илпиритен сүтүн көжөсү	Сүтке илпириттен тапса жармакы	Сүтке илпириттен ботдай жармакы	Сүтке илпириттен перемешт көжөсү
А	Бүтүрбөрд	Бүтүрбөрд маймын	Бүтүрбөрд	Бүтүрбөрд маймын	Бүтүрбөрд
Б	маймын, сүзбөмөн	Шай сүтүн	маймын, сүзбөмөн	Казо сүтүн	маймын, сүзбөмөн
Т	Казо сүтүн	Сабй жөкөлөтөр	Шамырпакты сүтүн	Сабй, бакша жөкөлөтөр	Тарты маш
Р	Сабй ширпач		Сабй жөкөлөтөр		Сабй, бакша ширпач
А					
К					
О	Капа ботдай нанга	Капа ботдай нанга	Капа ботдай нанга	Капа ботдай нанга	Капа ботдай нанга
Б	Коркумдук көжөсү	«Витаминный» салты	Тураган Каар	Жак кыркырап кызылтанган салт	Жак кыркырап, динги салты
Е	с/оорпаксамен	«Боршо» көжөсү, буршакпен с/с	Калыптан көжөсү	«Ресольвино» көжөсү с/с	Шаруадандык көжөсү с/с
Д	Битөөн мөксинде	Гулаш майырап туурабса,	с/с, калыптан	капканчен	Кыргыздын көжөсү с/с
	Бактырдаган	Көтүрүлгөн жөкөлөтөрөн	Палау тугуак еткен	Котлетка, кыргыч етпөсү	Кыргыздын көжөсү с/с
	орукжалдырак, илпиритен	Көтүрүлгөн жөкөлөтөрөн	Вит С + жак жөкөлөтөрөн	Жөмө - жөлдөр илсели + шарт. С	капрондон тугуак еткен
	сүтүн	тосман	көксөйтган тосман		Көтүрүлгөн жөкөлөтөрөн тосман
	Жөмө-жөлдөк				Көтүрүлгөн жөкөлөтөрөн тосман
	илсели-Вит С				Көтүрүлгөн жөкөлөтөрөн тосман
И	Раженика, печенье	Кефир, тосман сабырбен	Бакыдак	Раженика, печенье	Кефир, тосман
О					
Д					
Н					
Н					
Н					
Ж	Ирманик - сабыз	Сүтке илпириттен унтак	Ирманик илпириттен алмамын	Балык төгрөтү, сөүрөчөн	Сүтке илпириттен жүргөтү жармакы
И	көксөйтган илпирити	жармакы	Кабилдандыган сүт	Бактырпалыган жөкөлө	Казоо с мөксөмөн
И	сөүрөчөн, помидонмен	Казоо сүтүн	Капа ботдай нанга	Сабй шай сүтүн	Капа ботдай нанга
Н	Шай сүтүн	Капа ботдай нанга		Башкак дингон көксөйтган маш	
Н	Капа ботдай нанга			Капа ботдай нанга	

