

Birinchi kun

Ertalabki nonushta: manka bo'tqasi, qaynatilgan tuhum yoki bug'da pishirilgan omlet, choy.

Ikkinchi nonushta: bug'da pishirilgan olma, tvorog, illiq suv.

Tushlik: sabzavotli/ baliqli/ tovuqli sho'rva, bug'da qilingan kotlet, kompot

Peshindan keyin: suli bo'tqasi, lavlagi salati, jele, uzvar

Kechki ovqat: bug'da pishirilgan baliq/ tovuq go'shtidan kotlet, kartoshka pyuresi, qaynatilgan suv.

Yotishdan bir soat oldin: bir piyola yog'siz qatiq.

Ikkinchi kun

Ertalabki nonushta: shirguruch, qaynatilgan tuhum yoki bug'da pishirilgan omlet, shirin choy.

Ikkinchi nonushta: jele, yog'siz tvorog, kisel.

Tushlik: bug'da pishirilgan go'shtli sufle/ sabzavotli sho'rva/ mevali jele, choy.

Peshindan keyin: bug'da pishirilgan baliq/ tovuq go'shtidan kotlet, bug'da pishirilgan olma, moychechak damlamasi.

Kechki ovqat: sabzavotli/ baliqli/ tovuqli sho'rva, kartoshka pyuresi, limonli choy.

Yotishdan bir soat oldin: bir piyola yog'siz sut.