

Школа	ГБОУ "Гудермесская СШ им. У.А. Оздамирова"			Отд./корп		День			28.01.2026
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	275	Омлет с сыром	150	26,55	287,5	16,9	23,3	2,8
	гор.напиток	459	Чай с лимоном	180	35,3	36		0,1	9,5
	хлеб	878	Хлеб пшеничный	60	10,58	116,9	4,7	0,6	24,1
	фрукты	338	Яблоко	100	17,64	73,6	1,2	0,4	16,8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями)	10	1,7	72,6	0,1	8,2	0,1
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	напиток								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								