

«Утверждаю»

И.П. Липов А.Г.



«Согласовано»

Директор МБОУ

г. Астрахани



**Примерное двухнедельное
(десятидневное меню)
по столовой
МБОУ г. Астрахани «СОШ №49»**

**(бесплатное горячее питание обучающихся по образовательным
программам начального общего образования)**

С 12 января 2026г.

Второй завтрак для обучающихся с ОВЗ (1-4 классы)

Неделя 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
День 1				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Печенье сдобное/печенье овсяное	19,79	40	16,00	8,00	54,00	180,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		16,13	8,07	67,64	230,9	

Неделя 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
День 2				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Вафля сливочная	19,79	40	8,40	4,40	26,00	164,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		8,53	4,47	39,64	214,9	

Неделя 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
День 3				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Печенье сдобное/печенье овсяное	19,79	40	16,00	8,00	54,00	180,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		16,13	8,07	67,64	230,9	

Неделя 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
День 4				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Вафля сливочная	19,79	40	8,40	4,40	26,00	164,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		8,53	4,47	39,64	214,9	

Неделя 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
День 5				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Печенье сдобное/печенье овсяное	19,79	40	16,00	8,00	54,00	180,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		16,13	8,07	67,64	230,9	

Неделя 2 День 1	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Вафля сливочная	19,79	40	8,40	4,40	26,00	164,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		8,53	4,47	39,64	214,9	

Неделя 2 День 2	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Печенье сдобное/печенье овсяное	19,79	40	16,00	8,00	54,00	180,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		16,13	8,07	67,64	230,9	

Неделя 2 День 3	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Вафля сливочная	19,79	40	8,40	4,40	26,00	164,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		8,53	4,47	39,64	214,9	

Неделя 2 День 4	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Печенье сдобное/печенье овсяное	19,79	40	16,00	8,00	54,00	180,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		16,13	8,07	67,64	230,9	

Неделя 2 День 5	Наименование блюда	Цена	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
				белки	жиры	углеводы		
Второй завтрак	Вафля сливочная	19,79	40	8,40	4,40	26,00	164,00	Н
	Чай с сахаром	4,05	200	0,13	0,07	13,64	50,90	627
		23,84		8,53	4,47	39,64	214,9	