



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
МКОУ « ТАКАЛАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
Россия, республика Дагестан, 368214, Буйнакский район, сел. Такалай, mkou_takalayskaya@e-dag.ru

Утверждаю:

Директор школы: _____/И.Ш. Акаев/

Технологическая карта на 2025 – 2026 учебный год

для школьников 1-4 классов

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Такалайская средняя общеобразовательная школа»

День первый

МЕНЮ для школьников 1-4 классов

№ техноло г. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
220/4	Каша пшеничная с маслом	200	9,4	14,6	84,96	515,65
375/3	Чай	200	0	0	30	112,5
8/9	Бутерброд с сыром	50	16	1	70	335,49
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого завтрак-		31,48	16,32	224,72	1144,44
	Обед					
88/50	Щи с капустой и картофелем	250	4	10	18	173,82
309/1	Макароны отварные	200	7,06	8,26	47,06	294,6
93	Гуляш	120	13,1	9,44	2,7	145,56
348/34	Компот	200	2,4	0	136,6	519,2
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		32,64	28,42	244,12	1313,98
	Итого за день		64,12	44,74	468,84	2458,42

День второй

№ технолог.карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
220/2	Каша рисовая вязкая	200	5,05	4,94	33,58	188,6
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
382/3 3	Какао	200	6,2	6,4	22,36	169,82
	Итого завтрак		17,33	12,06	95,7	539,22
	Обед					
136	Суп картофельный с макаронами	250	2,75	2	21	119,5
459	Кисель	200	0	0	49,6	264,4
для 312/3	Картофельное пюре	200	4,68	33,42	7,58	348,04
265	Печень тушенная в соусе	80	21,3	1,1	0,7	241
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		34,81	37,24	118,64	1153,74
	Итого за день		52,14	49,3	214,34	1692,96

День третий

№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
120/56	Суп молочный с макаронными изделиями	200	9,15	3,7	30,32	167,05
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
379/36	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	1,6	1,6	24,7	115,4
	Итого завтрак		16,83	6,02	94,78	463,25
	Обед					
128	Рассольник ленинградский	250	2,25	3,75	16,5	119,25
302/4	Гречка отварная	200	7,63	5,18	40,84	230,45
338	Тефтели	80	8,37	14,36	11,28	206,51
406	Соус белый основной	50	0,18	0,9	0,7	11,5
348/34	Компот	200	2,4	0	136,4	519,2
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		26,91	24,91	245,48	1267,71
	Итого за день		43,74	30,93	340,26	1730,96

День четвертый

№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
220/3	Каша кукурузная вязкая	200	17,04	19,4	63,88	547,6
375/30	Чай с сахаром	200	0	0	30	112,5
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого завтрак		23,12	20,12	133,64	840,9
	Обед					
130/216	Суп крестьянский с крупой	250	2,1	4,39	13,38	99,57
590	Жаркое по-домашнему	200	10,62	10,86	19,4	293,74
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Фрукт	100	-	-	167,5	96,3
459	Кисель	200	-	-	49,6	264,4
	Итого обед		18,8	15,97	289,64	934,81
	Итого за день		41,92	36,09	423,28	1775,71

День пятый

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
220	Каша манная	200	7,25	11	51,25	319,5
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
375/30	Чай с сахаром	200	0,2	0	30	112,5
6/2	Бутерброд с повидлом	50	13,78	12,64	60,11	394,35
	Итого завтрак		27,31	24,36	181,12	1007,15
	Обед					
44	Свекольник	250	4,67	2,13	12,73	91,03
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
348/34	Компот	200	2,4	0	136,6	519,2
57	Рагу овощное	200	5	6,77	19,25	168,43
	Итого обед		18,15	9,62	208,34	959,46
	Итого за день		45,46	33,98	389,46	1966,61

День шестой

№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
220/2	Каша рисовая с маслом	200	5,05	4,94	33,58	188,6
375/30	Чай с сахаром	200	0	0	30	112,5
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого завтрак		11,13	5,66	103,34	481,9
	Обед					
82/48	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4	7,2	78
302/4	Каша гречневая	200	18,6	04.январь	88,6	478,4
12/331	Соус сметанный с томатом	50	1,27	7,05	5,52	89,31
608	Котлета	100	14,9	21,2	13,8	307
459	Кисель	200	-	-	49,6	264,4
	Хлеб	80	9,12	1,08	59,64	271,2
	Итого обед		45,49	33,73	224,36	1488,31
	Итого за день		56,62	39,39	327,7	1970,21

День седьмой

№ технолог.карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
215/3	Каша ячневая жидкая с маслом	200	8,6	4,3	62,6	349,6
375/30	Чай с сахаром	200	0	0	30	112,5
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Бутерброд с маслом	50	3,12	7,6	18,88	158,5
	Итого завтрак		17,8	12,62	151,24	801,4
	Обед					
348/34	Компот	200	2,4	0	136,6	519,2
233	Суп лапша на курином бульоне	250	45	3	92,4	214,8
321/5	Капуста тушеная	200	4	22	20	452
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		57,48	25,72	288,76	1366,8
	Итого за день		75,28	38,34	440	2168,2

День восьмой

№ технолог.карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
16/208	Лапшевник с творогом	200	11	20	9	170,89
379/36	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	1,6	1,6	24,7	115,4
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого завтрак		18,68	22,32	73,46	467,09
	Обед					
99/55	Суп из овощей	250	50,25	4,2	116,82	677,07
312/3	Картофельное пюре	200	4,68	33,42	7,58	348,04
97	Сосиски отварные	75	8,69	22,84	1,8	247,15
459	Кисель	200	0	0	49,6	264,4
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		69,7	61,18	215,56	1717,46
	Итого за день		88,38	83,5	289,02	2184,55

День девятый

№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
220/10	Каша пшенная с маслом	200	7,4	4,4	47,8	282,2
382/33	Какао	200	6,2	6,4	22,36	169,82
	Итого завтрак		19,68	11,52	109,92	632,82
	Обед					
206	Суп гороховый	250	6	4,25	21,25	149,75
2/304	Рис отварной	200	11,64	19,48	100	596,94
229/11	Рыба тушеная	100	19,25	24,48	1,37	312,58
348/34	Компот	200	2,4	0	136,4	519,2
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		45,37	48,93	298,78	1759,27
	Итого за день		65,05	60,45	408,7	2392,09

День десятый

№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
215/2	Омлет	200	16,46	21,54	2,31	268,95
375/30	Чай с сахаром	200	0	0	30	112,5
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого завтрак		22,54	22,26	72,07	562,25
	Обед					
265/27	Плов	200	28,28	23,4	27,94	321,51
459	Кисель	200	0	0	49,6	264,4
204	Суп с рыбными консервами	250	5,51	7,79	16,23	160,56
	Хлеб	80	6,08	0,72	39,76	180,8
	Итого обед		39,87	31,91	133,53	927,27
			62,41	54,17	205,6	1489,52