

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа



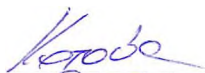
"01" апреля 2024 г.

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа**  
**на " 01 " апреля 2024 г.**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
Салат из овощей с морской капустой 1/125 свекла, морковь, морская капуста, масло растительное, лук, сахар, соль	1/125	218.39 Белки - 1.27, Жиры - 20.19, Углеводы - 7.90	19.00
Салат овощной с крабовыми палочками 1/100 салат, крабовые палочки, майонез, кукуруза, морковь по-корейски, соус соевый, чеснок	1/100	186.70 Белки - 2.98, Жиры - 14.62, Углеводы - 10.80	29.00
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>			
Суп картофельный с макаронами изделиями и говядиной № 13 д\п картофель, говядина б\к, лук, макаронные изделия, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист	20/250	157.70 Белки - 8.60, Жиры - 4.80, Углеводы - 20.03	39.00
Суп картофельный с макаронами изделиями и курой № 13 д\п картофель, кура, лук, макаронные изделия, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист	20/250	204.88 Белки - 10.13, Жиры - 9.39, Углеводы - 20.00	30.00
Суп-лапша грибная со сметаной №152-1994 шампиньоны в банках, макаронные изделия, сметана, лук, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист	250/10	150.38 Белки - 2.85, Жиры - 8.28, Углеводы - 16.13	19.00
Суп-лапша грибная №152-1994 шампиньоны в банках, макаронные изделия, лук, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист	250/10	119.88 Белки - 2.48, Жиры - 5.27, Углеводы - 15.63	15.00
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>			
Биточек из филе курицы № 461-1994г. 1/75 филе кури, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	1/75	128.02 Белки - 13.37, Жиры - 4.57, Углеводы - 8.36	42.00
Каша молочная пшенная со сл. маслом 200/10 № 32 сб. 2010 д.п. молоко, пшено, масло сливочное, сахар, соль	200/10	170.90 Белки - 3.07, Жиры - 8.11, Углеводы - 21.42	19.00
Котлета рубленая из свинины и говядины со сл. маслом 75\5 № 416-1994г. говядина б\к, свинина б\к, хлеб пшеничный, масло растительное, масло сливочное, соль	75/5	197.25 Белки - 11.33, Жиры - 13.77, Углеводы - 6.95	52.00
Котлета рыбная из горбуши и хека со сл. маслом 75\5 № 324-1994г. филе горбуши мор., филе хека мор., молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль	75/5	163.30 Белки - 9.96, Жиры - 10.63, Углеводы - 6.95	53.00
Кура отварная 1\100 № 439-1994г. кура, лук, морковь, соль, лавровый лист	100.00	241.77 Белки - 20.24, Жиры - 11.83, Углеводы - 0.43	66.00
Плов из филе курицы № 449-1994г 1\200 д\п филе кури, рис пропаренный, лук, масло растительное, морковь, томат, соль, лавровый лист	1/200	328.36 Белки - 18.06, Жиры - 12.20, Углеводы - 36.58	58.00
Голубцы любительские 100/100 - № 494 сб 1997 капуста свежая, говядина б\к, сметана, лук, морковь, мука, масло растительное, рис пропаренный, томат, соль	100/100	222.92 Белки - 10.40, Жиры - 14.04, Углеводы - 13.74	57.00
<b>ГАРНИРЫ</b>			
Соус красный основной № 528 сб 1994 г морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль	1/50	33.92 Белки - 0.45, Жиры - 2.13, Углеводы - 3.25	3.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 4.49, Углеводы - 37.08	7.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 6.73, Жиры - 8.19 Углеводы - 39.16	10.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 0.13 Углеводы - 40.05	13.00
<b>НАПИТКИ</b>			
Лимон порционный лимона	1/7	1.16 Белки - 0.07, Жиры - 0.01 Углеводы - 0.13	3.00
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г. сахар, чай	1/200	60.80 Белки - 0.20, Углеводы - 15.00	3.00
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92 Белки - 0.26, Углевод - 15.00	5.00
Компот из вишни 1/200 ТТК к.	1/200	92.22 Белки - 0.20, Жиры - 0.01 Углеводы - 22.00	15.00
Компот из смеси сухофруктов 1/200 № 588 - 1994 г. сахар, сухофрукты, лимонная кислота	1/200	79.84 Углеводы - 19.00	6.00
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24 Белки - 1.98, Жиры - 0.10 Углеводы - 10.77	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2.28, Жиры - 0.24 Углеводы - 14.70	4.00
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/100	389.38 Белки - 8.72, Жиры - 1.48 Углеводы - 74.00	11.00
Булочка с творогом 1/100 мука, творог, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин	1/100	322.97 Белки - 12.91, Жиры - 4.20, Углеводы - 46.73	22.00

Заведующий столовой: \_\_\_\_\_



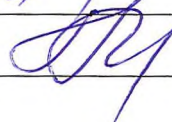
Котова С.Ю.

Заведующая производством \_\_\_\_\_



Степаньчева О.В.

Бухгалтер: \_\_\_\_\_



Махрачева И.А.