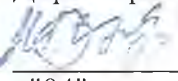


УТВЕРЖДАЮ
 Директор колледжа

 М.И. Зуева
 "04" апреля 2024 г.

МЕНЮ
 дополнительного питания
 для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
 на " 04 " апреля 2024 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
Салат овощной "На здоровье" с пекинской капустой 1/100 салат, масло растительное, огурцы свежие, перец, помидоры, сахар, соль	1/100	205.52 Белки - 1.06, Жиры - 20.12, Углеводы - 5.9	30.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10 рец.129/3 1994г. картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250/10	185.75 Белки - 9.35, Жиры - 9.25, Углеводы - 17.2	46.00
Рассольник ленинградский с курой и сметаной № 129-1994г. картофель, кура, огурцы соленые, морковь, сметана, томат, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250/10	240.52 Белки - 10.28, Жиры - 13.83, Углеводы - 18.7	40.00
ВТОРЫЕ БЛЮДА			
Каша рисовая молочная с маслом 200\10 молоко, рис пропаренный, масло сливочное, сахар, соль	200/10	233.94 Белки - 3.18, Жиры - 7.70, Углеводы - 37.28	23.00
Жаркое по-домашнему 1\300 № 394-1994г. картофель, свинина б\к, лук, масло растительное, томат, лавровый лист, соль	1/300	395.19 Белки - 18.27, Жиры - 11.11, Углеводы - 35.4	64.00
Котлета рубленая из курицы 1/75 № 97 д\п кура, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	1/75	175.11 Белки - 10.27, Жиры - 11.11, Углеводы - 6.8	54.00
Тефтели из свинины и говядины тушеные в соусе 60/50 № 423-1994г. говядина б\к, лук, свинина б\к, масло растительное, мука, рис пропаренный, томат, морковь, соль, сахар, перец черный молотый	110.00	194.79 Белки - 8.59, Жиры - 11.11, Углеводы - 11.11	39.00
Филе хека в яйце 1\100 № 69 д\п филе хека мор., яйцо, масло растительное, мука, соль	1/100	317.76 Белки - 17.61, Жиры - 24.28, Углеводы - 7.7	104.00
ГАРНИРЫ			
Соус красный основной № 528 сб 1994 г морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль	1/50	33.92 Белки - 0.15, Жиры - 1.11, Углеводы - 3.1	3.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макарроны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 1.11, Углеводы - 37.28	7.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. гречка, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 1.11, Углеводы - 39.45	10.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.8, Жиры - 1.11, Углеводы - 40.28	13.00
НАПИТКИ			
Лимон порционный лимона	1/7	1.16 Белки - 0.05, Жиры - 0.1, Углеводы - 0.1	3.00
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г. чай, сахар	1/200	60.80 Белки - 0.20, Углевод - 1.11	3.00
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92 Белки - 0.25, Углевод - 1.11	5.00
Компот из вишни 1/200 ТТК к.	1/200	92.22	15.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
вишня, сахар		Белки - 0,20, Жиры - 0,06, Углеводы - 0,18	
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный	1/30	51.24 Белки - 1,90, Жиры - 0,10, Углеводы - 0,10	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2,77, Жиры - 0,14, Углеводы - 14,00	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 - 1,80, Углеводы - 11,22	11.00
Булочка с начинкой "Веста Шоколад" 1/100 мука, начинка "веста шоколад", яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин	1/100	338.88 Белки - 6,64, Жиры - 1,10, Углеводы - 56,00	26.00
Пирожок с капустой и яйцом 1/100г. капуста свежая, мука, яйцо, лук, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль	1/100	261.13 Белки - 1,01, Жиры - 0,10, Углеводы - 5,00	17.00
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п. яблоки, мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль	1/100	319.98 Белки - 5,64, Жиры - 0,10, Углеводы - 54,00	21.00
Булочка с вареной сгущенкой 1/100 мука, сгущенка вареная, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, сахарная пудра, соль, ванилин	1/100	375.60 Белки - 7,08, Жиры - 12,41, Углеводы - 58,00	20.00

Заведующий столовой: _____

Котова

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степаньчева

Степаньчева О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева

Махрачева И.А.