

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.И. Зуева

"10" апреля 2024 г.

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа**  
**на " 10 " апреля 2024 г.**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
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 - 1.11, Углеводы - 5.05	30.00
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>			
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 - 8.35, 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 - 13.81, Углеводы - 18.75	40.00
Суп картофельный с фасолью б\м № 138 - 1994г. картофель, фасоль, лук, морковь, масло растительное, соль, лавровый лист	1/250	148.83 Белки - 5.48, Жиры - 8.88, Углеводы - 19.08	10.00
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>			
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 200\5 молоко, пшено, рис пропаренный, масло сливочное, сахар	200/5	167.32 Белки - 3.39, Жиры - 4.44, Углеводы - 28.48	17.00
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 - 19.88, Углеводы - 35.6-	64.00
Котлета рыбная из горбуши и хека со сл. маслом 75\5 № 324-1994г. рыба горбуши мор., филе хека мор., молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль	75/5	163.30 Белки - 9.95, Жиры - 13.81, Углеводы - 6.95	53.00
Печень тушеная в соусе 50\50 № 81д\п, № 408 сб 1994 г печень говяжья, сметана, лук, мука, масло растительное, томат, соль	50/50	193.91 Белки - 13.85, Жиры - 11.01, Углеводы - 9.87	44.00
Биточек из филе курицы № 461-1994г. 1/75 филе куриц, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	1/75	128.02 Белки - 13.37, Жиры - 13.81, Углеводы - 13.81	42.00
<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 - 3.34	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 1.11, Углеводы - 40.05	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. гречка, молоко, сахар, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 1.11, Углеводы - 40.05	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 1.11, Углеводы - 37.05	7.00
Рататуй 1\150 ТТК баклажаны, кабачки, перец, помидоры, кетчуп, масло растительное, соль, чеснок	1/150	130.78 Белки - 1.74, Жиры - 1.11, Углеводы - 7.90	96.00
Капуста тушеная № 482 3 кол. - 1994г. капуста свежая, лук, масло растительное, сахар, томат, морковь, соль, мука, лимонная кислота, лавровый лист	1/150	124.62 Белки - 3.60, Жиры - 1.11, Углеводы - 15.2	19.00
<b>НАПИТКИ</b>			
Лимон порционный	1/7	1.16	3.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
лимоны		Белки - 0.06, Жиры - 0.01, Углеводы - 0.21	
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г. сахар, чай	1/200	60.80	3.00
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92	5.00
Компот из вишни 1/200 ТТК к. вишня, сахар	1/200	92.22	15.00
Кисель из вишни 1/200 № 590 сб.1994 г вишня, сахар, крахмал	0.00	0.00	16.00
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32	4.00
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/100	389.38	17.00
Слойка с вишней 1/70 вишня, тесто слоеное, сахар, мука, крахмал, яйцо, масло растительное	1/70	182.28	45.00
Пирожок студенческий с картофелем и сыром 1/100 мука, картофель, сыр в ассортименте, яйцо, лук, масло растительное, майонез, сахар, дрожжи, соль, масло сливочное	1/100	300.78	16.00
Булочка "Кранц" 1/110 мука, сгущенка вареная, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин	1/110	390.37	29.00

Заведующий столовой: \_\_\_\_\_

*Котова*

Котова С.Ю.

Заведующая производством \_\_\_\_\_

*Степанычева*

Степанычева О.В.

Бухгалтер: \_\_\_\_\_

*Махрачева*

Махрачева И.А.