

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа



М.Л. Зуева

"11" апреля 2024 г.

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 11 " апреля 2024 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
Морковь по-корейски с раст. маслом 1\110 морковь по-корейски, масло растительное	1/110	185.15 Белки - 4.20, Жиры - 11.80 Углеводы - 10.60	43.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Борщ из св. капусты с курой, картофелем и сметаной № 110-1994г. кура, свекла, капуста свежая, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, сахар, соль, лимонная кислота, лавровый лист	20/250/10	211.33 Белки - 9.40, Жиры - 12.68 Углеводы - 12.78	35.00
Борщ из св. капусты с говядиной, картофелем и сметаной № 110-1994г. д.п. 20\250\10 свекла, говядина б\к, капуста свежая, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, сахар, соль, лимонная кислота, лавровый лист	20/250/10	163.43 Белки - 7.85, Жиры - 10.03 Углеводы - 12.70	44.00
Суп картофельный с грибами (пюре) № 143 - сб 1994 г картофель, грибы свежие, лук, морковь, масло растительное, соль	1/250	106.63 Белки - 2.27, Жиры - 1.00 Углеводы - 17.00	36.00
ВТОРЫЕ БЛЮДА			
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 - 8.36 Углеводы - 8.36	42.00
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.	75/5	197.25 Белки - 7.93, Жиры - 11.00 Углеводы - 6.95	52.00
Рыба тушеная с овощами (горбуша) № 309 - 1994г. 50\50 д.п. филе горбуши мор., морковь, лук, масло растительное, томат, сахар, соль, лимонная кислота, лавровый лист	50/50	155.74 Белки - 13.35, Жиры - 9.90 Углеводы - 4.66	43.00
Оладьи из печени с морковью 1/100 №62-Д.п. печень говяжья, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль	1/100	274.42 Белки - 18.39, Жиры - 12.64 Углеводы - 12.64	59.00
Оладьи из печени с морковью и сметаной 100/30 №62-Д.п. печень говяжья, сметана, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль	100/30	335.46 Белки - 19.14, Жиры - 13.65 Углеводы - 13.65	66.00
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 - 13.77 Углеводы - 13.77	57.00
Котлеты отбивные 1/58 №381 сб1994 г карбонат б\к, сухари панировочные, масло растительное, яйцо	1/58	200.74 Белки - 12.28, Жиры - 11.70 Углеводы - 0.92	44.00
ГАРНИРЫ			
Соус красный основной № 528 сб 1994 г картофель, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль	1/50	33.92 Белки - 0.45, Жиры - 1.00 Углеводы - 1.00	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 11.00 Углеводы - 40.00	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 11.00 Углеводы - 39.00	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронные, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 11.00, Жиры - 11.00 Углеводы - 39.00	7.00
Картофель отварной № 470 - 1994г.	1/150	149.97 Белки - 3.37, Жиры - 0.90 Углеводы - 32.00	11.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
картофель, масло сливочное, соль		Белки - 3,04. Жиры - 4,41, Углеводы - 24,53	
НАПИТКИ			
Лимон порционный	1/7	1.16	3.00
		Белки - 0,06. Жиры -	
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г.	1/200	60.80	3.00
		Белки - 0,20. Углевод :	
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7	1/200	61.92	5.00
		Белки - 0,26. Углевод:	
Компот из вишни 1/200 ТТК к. вишня, сахар	1/200	92.22	15.00
		Белки - 0,20. Жиры - Углеводы - 22,72	
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32	4.00
		Белки - 2,28. Жиры - Углеводы - 14,76	
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/100	389.38	17.00
		Белки - 8,72. Жиры - Углеводы - 74,29	
Пирожок с мясом № 685, 687, 710 1/60 мука, говядина б\к, свиная б\к, яйцо, масло сливочное, лук, сахар, масло растительное, дрожжи, соль	1/60	189.49	31.00
		Белки - 9,28. Жиры - Углеводы - 22,72	
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	26.00
		Белки - 1,64. Жиры - Углеводы - 18,09	
Булочка с творогом 1/100 мука, творог, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин	1/100	322.97	22.00
		Белки - 12,91. Жиры - Углеводы - 46,93	
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п. мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль	1/100	319.98	21.00
		Белки - 5,64. Жиры - Углеводы - 54,11	

Заведующий столовой: _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степаньчсва О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева И.А.