

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа


М.И. Зуева
"12" апреля 2024 г.

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 12 " апреля 2024 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
Салат "Радужный" 1\100 салат, масло растительное, огурцы свежие, перец, кукуруза, сахар, соль, лимонная кислота	100.00	212.02 Белки - 1.23, Жиры - 2.00, Углеводы - 6.28	36.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Суп картофельный с макаронными 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 - 1.00, Углеводы - 20.03	39.00
Суп картофельный с макаронными 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 - 9.38, Углеводы - 20.00	30.00
Солянка домашняя с курой и сметаной № 204 с61997г. кура, картофель, лук, огурцы соленые, колбаса п/к сервелат, лимоны, маслины б/к, сметана, масло сливочное, томат, соль, лавровый лист	280.00	216.45 Белки - 10.48, Жиры - 11.11, Углеводы - 9.11	61.00
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 - 1.11, Углеводы - 6.35	42.00
Каша молочная пшеничная со сл. маслом 200/10 № 32 с6. 2010 д.п. молоко, пшено, масло сливочное, сахар, соль	200/10	170.90 Белки - 3.07, Жиры - 1.11, Углеводы - 21.42	19.00
Плов из филе курицы № 449-1994г 1\200 д\п филе кури, рис пропаренный, лук, масло растительное, морковь, томат, соль.	1/200	328.36 Белки - 18.06, Жиры - 2.10, Углеводы - 36.58	58.00
Рыба, запеченная в омлете (хек) 1/100 № 70 с6.2018 филе хека мор, яйцо, молоко, масло сливочное, мука, соль	1/100	139.62 Белки - 16.61, Жиры - 1.11, Углеводы - 3.04	101.00
ГАРНИРЫ			
Соус красный основной № 528 с6 1994 г морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль	1/50	33.92 Белки - 0.45, Жиры - 1.11, Углеводы - 3.25	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис отваренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 1.11, Углеводы - 48.11	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. гречка, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 1.11, Углеводы - 48.11	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 1.11, Углеводы - 37.08	7.00
Капуста жареная 1\150 № 724-1994г. капусты свежая, лук, масло растительное, соль	150.00	201.36 Белки - 4.06, Жиры - 13.21, Углеводы - 11.98	23.00
НАПИТКИ			
Лимон порционный	1/7	1.16 Белки - 0.66, Жиры - 0.21, Углеводы - 0.21	3.00
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г.	1/200	60.80 Белки - 0.20, Углеводы - 11.11	3.00
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92 Белки - 0.26, Углеводы - 15.22	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 - 0.16,	
Компот из смеси сухофруктов 1/200 № 588 - 1994 г.	1/200	79.84	6.00
вишня, сухофрукты, лимонная кислота			
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный	1/30	51.24	3.00
Белки - 1.98, Жиры - 0.16, Углеводы - 10.01			
Хлеб пшеничный порционный	30.00	70.32	4.00
Белки - 2.28, Жиры - 0.16, Углеводы - 14.71			
Булочка фигурная с маком 1/100	1/100	389.38	17.00
мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин			
Булочка фигурная с маком 1/100	1/100	389.38	17.00
Белки - 3.72, Жиры - 1.16, Углеводы - 71.24			
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п.	1/100	319.98	21.00
яблоки, мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль			
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п.	1/100	319.98	21.00
Белки - 5.64, Жиры - 1.16, Углеводы - 59.23			
Булочка "Кранц" 1/110	1/110	390.37	29.00
сметана, сгущенка вареная, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин			
Булочка "Кранц" 1/110	1/110	390.37	29.00
Белки - 8.02, Жиры - 1.16, Углеводы - 81.19			

Заведующий столовой: _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степаньчева О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева И.А.