

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.И. Зуева

"13" апреля 2024 г.

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа**  
**на " 13 " апреля 2024 г.**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
Салат из свеклы с сыром и растительным маслом свекла, масло растительное, сыр в ассортименте, соль	1/100	216.49 Белки - 5.01, Жиры - 10.01, Углеводы - 6.25	17.00
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>			
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10 ре.ц.129/3 1994г. картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное, перловка, соль, лавровый лист	20/250/10	185.75 Белки - 8.11, Жиры - 9.02, Углеводы - 13.51	46.00
Рассольник ленинградский с курой и сметаной № 129-1994г. картофель, курица, огурцы соленые, морковь, сметана, томат, лук, масло растительное, перловка, соль, лавровый лист	20/250/10	240.52 Белки - 10.28, Жиры - 13.81, Углеводы - 18.75	40.00
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>			
Каша молочная пшеничная 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 - 21.47	19.00
Котлета рубленая из свинины и говядины со сл. маслом 75/5 № 416-1994г. говядина б\к, карбонат б\к, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль	75/5	202.66 Белки - 10.96, Жиры - 13.51, Углеводы - 6.95	54.00
Котлета рубленая из курицы 1/75 № 97 д\п курица, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	1/75	175.11 Белки - 10.27, Жиры - 11.45, Углеводы - 6.6	54.00
Плов из свинины № 403-1994г. свинина б\к, рис пропаренный, морковь, лук, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	1/250	467.55 Белки - 19.07, Жиры - 23.78, Углеводы - 53.37	65.00
Фарфале с филе курицы и сыра 1\215 филе курицы, макаронные изделия (бабочки), сливки л, сыр в ассортименте, масло растительное, соль, чеснок	215.00	505.70 Белки - 27.46, Жиры - 24.79, Углеводы - 43.19	93.00
<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 - 2.12, Углеводы - 3.25	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 5.43, Углеводы - 40.25	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. гречка, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 6.09, Углеводы - 39.7	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 13.45, Углеводы - 37.2	7.00
Рататуй 1\150 ТТК баклажаны, кабачки, перец, помидоры, кетчуп, масло растительное, соль, чеснок	1/150	130.78 Белки - 1.74, Жиры - 10.25, Углеводы - 7.9	96.00
<b>НАПИТКИ</b>			
Лимон порционный	1/7	1.16 Белки - 0.06, Жиры - 0.01, Углеводы - 0.1	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	1/200	61.92	5.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
сахар, лимоны, чай		Белки - 0,26, Углеводы - 15,22	
Компот из вишни 1/200 ТТК к.	1/200	92.22	15.00
		Белки - 0,00, Жиры - 0,00 Углеводы - 22,22	
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный	1/30	51.24	3.00
хлеб ржаной		Белки - 1,98, Жиры - 0,66, Углеводы - 20,60	
Хлеб пшеничный порционный	30.00	70.32	4.00
хлеб пшеничный		Белки - 2,28, Жиры - 0,24, Углеводы - 14,76	
Булочка фигурная с маком 1/100	1/100	389.38	17.00
мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин		Белки - 8,72, Жиры - 1,00, Углеводы - 71,18	
Ватрушка с творогом 1\75 № 685, № 734-3 кол.-1994г.	1/75	240.87	17.00
мука, творог, яйцо, сахар, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин		Белки - 12,55, Жиры - 7,47, Углеводы - 32,28	
Котлета рубленая из говядины запеченная в тесте 50\50	50/50	281.82	49.00
мука, говядина б\к, молоко, хлеб пшеничный, яйцо, масло растительное, сухари панировочные, сахар, масло сливочное, соль, дрожжи		Белки - 12,50, Жиры - 12,90, Углеводы - 32,28	
Булочка с начинкой "Веста Шоколад" 1/100	1/100	338.88	26.00
мука, начинка "веста шоколад", яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин		Белки - 6,64, Жиры - 0,66, Углеводы - 56,58	

Заведующий столовой: \_\_\_\_\_

Котова С.Ю.

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Степаньчева О.В.

Бухгалтер: \_\_\_\_\_

Махрачева И.А.