


УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа


М.И. Зуева
"16" апреля 2024 г.

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 16 " 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 | | | |
| Свекольник по-домашнему с говядиной и сметаной № 11 д\п свекла, картофель, говядина б\к, морковь, лук, сметана, масло растительное, сахар, лавровый лист | 20/250/10 | 151.60 Белки - 8.05, Жиры - 5.60, Углеводы - 15.00 | 42.00 |
| Свекольник по-домашнему с курой и сметаной № 11 д\п свекла, кура, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, сахар, лавровый лист | 20/250/10 | 198.78 Белки - 9.57, Жиры - 1.00, Углеводы - 14.98 | 33.00 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом 200\10 молоко, рис пропаренный, масло сливочное, сахар, соль | 200/10 | 233.94 Белки - 3.18, Жиры - 1.00, Углеводы - 37.99 | 24.00 |
| Горбуша запеченная с помидорами и сыром 1\80 филе горбуши мор., майонез, помидоры, сыр в ассортименте, масло растительное, мука, соль | 1/80 | 226.19 Белки - 16.15, Жиры - 16.69, Углеводы - 2.85 | 62.00 |
| 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 - 9.90, Углеводы - 35.07 | 64.00 |
| Запеканка картофельная с мясом и маслом 200\5 № 430-1994г. д\п картофель, говядина б\к, лук, масло растительное, масло сливочное, сухари панировочные, соль | 200.00 | 310.08 Белки - 15.08, Жиры - 1.00, Углеводы - 25.72 | 80.00 |
| 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 - 12.58, Углеводы - 11.79 | 39.00 |
| 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 - 1.00, 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 - 1.00, Углеводы - 13.65 | 66.00 |
| Биточек из филе курицы № 461-1994г. 1/75 филе куры, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль | 1/75 | 128.02 Белки - 13.37, Жиры - 4.50, Углеводы - 8.35 | 42.00 |
| 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 - 1.00, Углеводы - 6.95 | 54.00 |
| ГАРНИРЫ | | | |
| Соус красный основной № 528 сб 1994 г морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль | 1/50 | 33.92 Белки - 0.45, Жиры - 1.00, Углеводы - 3.25 | 3.00 |
| Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль | 1/150 | 224.43 Белки - 3.84, Жиры - 1.00, Углеводы - 40.05 | 13.00 |
| Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. гречка, масло сливочное, соль | 1/150 | 247.59 Белки - 8.73, Жиры - 3.00, Углеводы - 1.00 | 10.00 |
| Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. | 1/150 | 211.97 | 7.00 |

| Наименование | Вес, г/Объем, мл | Калорийность | Цена |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------|-------|
| макаронны, масло сливочное, соль | | Белки - 5.82, Жиры - 4.49, Углеводы - 37.08 | |
| Пюре картофельное 1\200 № 472 - 1994г. картофель, молоко, масло сливочное, соль | 1/200 | 177.60 | 16.00 |
| НАПИТКИ | | | |
| Лимон порционный лимоны | 1/7 | 1.16 | 3.00 |
| 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 |
| ВЫПЕЧКА | | | |
| 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 |
| Пирожок с рыбой № 685, 687, 717 1/60 мука, филе горбуши мор., филе хека мор., яйцо, масло сливочное, лук, сахар, масло растительное, дрожжи, соль, перец черный молотый | 1/60 | 171.72 | 38.00 |
| Пирожок с яйцом 1/100 мука, яйцо, сахар, масло растительное, масло сливочное, соль, дрожжи | 1/100 | 377.15 | 35.00 |
| Булочка с творогом 1/100 мука, творог, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин | 1/100 | 322.97 | 22.00 |
| Булочка с вареной сгущенкой 1/100 мука, сгущенка вареная, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, сахарная пудра, соль, ванилин | 1/100 | 375.60 | 20.00 |

Заведующий столовой: _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степаньчсва О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачсва И.А.