

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа

М.Л. Зуева

"17" апреля 2024 г.

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 17 " апреля 2024 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
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 - 20.12, Углеводы - 5.5	30.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Суп из овощей с говядиной и сметаной № 132-1994г. картофель, говядина б\к, капуста свежая, лук, морковь, сметана, зеленый горошек, масло растительное, соль, лавровый лист	20/250/10	159.53 Белки - 7.92, Жиры - 9.13, Углеводы - 11.43	44.00
Суп из овощей с курой и сметаной № 132-1994г. картофель, кура, капуста свежая, лук, морковь, сметана, зеленый горошек, масло растительное, соль, лавровый лист	20/250/10	206.90 Белки - 9.47, Жиры - 13.70, Углеводы - 11.43	35.00
ВТОРЫЕ БЛЮДА			
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 200\5 молоко, пшено, рис пропаренный, масло сливочное, сахар	200/5	167.32 Белки - 3.38, Жиры - 4.44, Углеводы - 28.4	17.00
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 - 19.75, Углеводы - 53.77	65.00
Филе хека в яйце 1\100 № 69 д\п филе хека мор., яйцо, масло растительное, мука, соль	1/100	317.76 Белки - 17.61, Жиры - 24.28, Углеводы - 7.15	104.00
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 - 14.15, Углеводы - 8.35	42.00
Запеканка из творога с джемом 150/25 № 297-1994г. творог, позидло, крупа манная, сахар, масло сливочное, сметана, сухари панировочные, яйцо	100/30	419.07 Белки - 27.00, Жиры - 17.78, Углеводы - 37.77	56.00
Запеканка из творога со сгущенным молоком 150/25 № 297-1994г. творог, молоко сгущенное в кг, крупа манная, сахар, масло сливочное, сметана, сухари панировочные, яйцо	150/25	435.53 Белки - 28.71, Жиры - 19.91, Углеводы - 35.38	59.00
Котлета домашняя 1/ 81 № 611- 2021г. говядина б\к, свинина б\к, хлеб пшеничный, масло растительное, сухари панировочные, лук, соль, яйцо	81/5	164.50 Белки - 11.89, Жиры - 10.07, Углеводы - 6.57	55.00
Запеканка из творога со сметаной 150/25 № 297-1994г. творог, сметана, крупа манная, сахар, масло сливочное, сухари панировочные, яйцо	100/30	404.63 Белки - 27.53, Жиры - 20.11, Углеводы - 22.11	56.00
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 - 3.13, Углеводы - 3.15	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 5.43, Углеводы - 40.55	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 6.09, Углеводы - 39.46	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 4.18, Углеводы - 37.09	7.00
НАПИТКИ			
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 Белки - 0.20, Углеводы - 14.00	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. вишня, сахар	1/200	92.22 Белки - 0.20, Жиры - 0.06, Углеводы - 22.72	15.00
Кисель из вишни 1/200 № 590 сб.1994 г вишня, сахар, крахмал	0.00	0.00	16.00
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24 Белки - 1.98, Жиры - 1.36, Углеводы - 10.02	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2.28, Жиры - 1.11, Углеводы - 14.76	4.00
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/100	389.38 Белки - 8.72, Жиры - 1.66, Углеводы - 71.39	17.00
Ватрушка с повидлом 1\75 № 108 д.п. мука, повидло, яйцо, сахар, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль	1/75	271.79 Белки - 5.64, Жиры - 3.98, Углеводы - 53.26	14.00
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 Белки - 6.85, Жиры - 1.11, Углеводы - 41.10	16.00
Булочка "Кранц" 1/110 мука, сгущенка вареная, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин	1/110	390.37 Белки - 8.02, Жиры - 1.11, Углеводы - 57.30	29.00

Заведующий столовой: _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степанычева О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева И.А.