

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа



М.И. Зуева

"18" апреля 2024 г.

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 18 " апреля 2024 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
Салат из свеклы с сыром и растительным маслом свекла, масло растительное, сыр в ассортименте, соль	1/100	216.49 Белки - 5.01, Жиры - 19.05, Углеводы - 6.25	17.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Суп картофельный с крупой (рис) и говядиной № 136-1994г. картофель, говядина блк, лук, морковь, рис пропаренный, масло растительное, соль.	20/250	144.13 Белки - 7.95, Жиры - 11.71, Углеводы - 17.45	40.00
Суп картофельный с крупой (рис) и курой № 136-1994г. картофель, кура, лук, морковь, рис пропаренный, масло растительное, соль, лавровый лист	20/250	191.63 Белки - 9.47, Жиры - 9.32, Углеводы - 17.45	31.00
ВТОРЫЕ БЛЮДА			
Каша молочная пшеничная со сл. маслом стр. 149, таблица № 4 - 1994г. молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль	200/10	86.04 Белки - 0.08, Жиры - 7.25, Углеводы - 5.12	18.00
Котлета рыбная (хек) запеченная со сл. маслом 50\5 № 324-1994г. филе хека мор., хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное, соль	50/5	113.41 Белки - 5.89, Жиры - 11.14, Углеводы - 4.59	41.00
Биточек из филе курицы № 461-1994г. 1/75 филе кури, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	1/75	128.02 Белки - 13.97, Жиры - 4.37, Углеводы - 8.36	42.00
Свинина по-варшавски 1/84 карбонат блк, лук, яйцо, мука, масло растительное, соль	1/84	288.33 Белки - 16.79, Жиры - 17.17, Углеводы - 8.32	66.00
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 - 2.00, Углеводы - 3.28	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 1.11, Углеводы - 40.05	13.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 1.11, Углеводы - 39.49	10.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронные изделия отварные	1/150	211.97 Белки - 1.87, Жиры - 1.11, Углеводы - 37.12	7.00
Рагу овощное № 486-1994г. соус № 528-1994г. капуста свежая, морковь, лук, картофель, зеленый горошек, масло растительное, мука, соль, томат, сахар, лавровый лист	1/150	134.52 Белки - 2.78, Жиры - 1.11, Углеводы - 14.65	17.00
Рататуй 1\150 ТТК баклажаны, кабачки, перец, помидоры, кетчуп, масло растительное, соль, чеснок	1/150	130.78 Белки - 1.74, Жиры - 1.11, Углеводы - 14.65	96.00
НАПИТКИ			
Лимон порционный	1/7	1.16 Белки - 0.06, Жиры - 0.01, Углеводы - 0.21	3.00
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г. сахар, чай	1/200	60.80 Белки - 0.20, Углеводы - 14.65	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 - 14.65	5.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Компот из вишни 1/200 ТТК к. вишня, сахар	1/200	92.22 Белки - 0.20, Жиры - 0.06,	15.00
Компот из смеси сухофруктов 1/200 № 588 - 1994 г. сахар, сухофрукты, лимонная кислота	1/200	79.84 Углеводы - 19	6.00
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24 Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 10	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2.29, Жиры -	4.00
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/100	389.38 Белки - 8.12, Жиры - Углеводы - 71	17.00
Хачапури с сыром № 850 сб. 1997г. 1/150 сыр в ассортименте, мука, яйцо, масло сливочное, сахар, соль, дрожжи, масло растительное, чеснок	1/150	528.90 Белки - 27.98, Жиры - Углеводы - 45	60.00
Пирог с курой и сыром 1/60 гр. (охл.) филе кури, мука, сыр в ассортименте, майонез, масло растительное, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, чеснок	1/60	270.09 Белки - 13.83, Жиры - Углеводы - 28	38.00
Булочка с вареной сгущенкой 1/100 мука, сгущенка вареная, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, сахарная пудра, соль, ванилин	1/100	375.60 Белки - 7.03, Жиры - Углеводы - 64	20.00
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п. яблоки, мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль	1/100	319.98 Белки - 5.64, Жиры - Углеводы - 54	21.00

Заведующий столовой: _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством _____

Степаньчева О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева И.А.