

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.Л.Зуева

"22" мая 2026 г

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО "Ярославского градостроительного колледжа"**

**на " 22 " мая 2026 г.**

| Наименование                                                                                                                                                                                       | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                               | Цена   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------|--------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                              |                  |                                                            |        |
| Салат овощной "На здоровье" с пекинской капустой 1/100<br>салат, масло растительное, огурцы свежие, перец, помидоры, сахар, соль                                                                   | 1/100            | 205.52<br>Белки - 1.06, Жиры - 20.12,<br>Углеводы - 5.05   | 46.00  |
| <b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                                |                  |                                                            |        |
| Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10<br>рец.129/3 1994г.<br>картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист | 20/250/10        | 185.75<br>Белки - 8.35, Жиры - 9.25,<br>Углеводы - 17.27   | 78.00  |
| Рассольник ленинградский с курой и сметаной № 129-1994г.<br>картофель, кура, огурцы соленые, морковь, сметана, томат, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист                       | 20/250/10        | 240.52<br>Белки - 10.28, Жиры - 13.83,<br>Углеводы - 18.75 | 61.00  |
| Борщ холодный с ветчиной № 191-1994<br>свекла, огурцы свежие, ветчина, майонез, лук зеленый, яйцо, уксус, сахар, соль                                                                              | 250.00           | 201.17<br>Белки - 6.27, Жиры - 15.88,<br>Углеводы - 8.30   | 50.00  |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                                |                  |                                                            |        |
| Котлета рубленая из филе кури со сл. маслом 75\5 № 460 - 1994г.<br>филе кури, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль                                       | 75/5             | 172.05<br>Белки - 13.18, Жиры - 10.17,<br>Углеводы - 6.95  | 57.00  |
| Каша молочная пшенная со сл. маслом 200/10 стр. 149, таблица № 4 - 1994г.<br>молоко, пшено, масло сливочное, сахар, соль                                                                           | 200/10           | 222.68<br>Белки - 4.68, Жиры - 8.57,<br>Углеводы - 31.71   | 44.00  |
| Бризоль из филе кури с сыром 1\75 № 455-1994г.<br>филе кури, яйцо, масло растительное, мука, сыр в ассортименте, соль                                                                              | 1/75             | 246.23<br>Белки - 19.45, Жиры - 15.56,<br>Углеводы - 7.10  | 72.00  |
| Фарфале с филе кури и сыра 1\215<br>филе кури, макаронные изделия (бабочки), сливки л, сыр в ассортименте, масло растительное, соль, чеснок                                                        | 215.00           | 505.70<br>Белки - 27.46, Жиры - 24.79,<br>Углеводы - 43.19 | 132.00 |
| Оладьи из печени с морковью 1/100 №62-Д.п.<br>печень говяжья, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль                                                                                        | 1/100            | 274.42<br>Белки - 18.39, Жиры - 16.70,<br>Углеводы - 12.64 | 90.00  |
| Оладьи из печени с морковью и сметаной 100/30 №62-Д.п.<br>печень говяжья, сметана, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль                                                                   | 100/30           | 335.46<br>Белки - 19.14, Жиры - 22.70,<br>Углеводы - 13.65 | 104.00 |
| Кабачки жареные в яйце 1/130<br>кабачки, яйцо, масло растительное, мука, соль                                                                                                                      | 1/130            | 199.98<br>Белки - 9.06, Жиры - 13.40,<br>Углеводы - 10.78  | 84.00  |
| Рыба, запеченная в омлете (хек) 1/100 № 70 сб.2018<br>филе хека мор., яйцо, молоко, масло сливочное, мука, соль                                                                                    | 1/100            | 139.62<br>Белки - 16.61, Жиры - 6.78,<br>Углеводы - 3.04   | 108.00 |
| <b>ГАРНИРЫ</b>                                                                                                                                                                                     |                  |                                                            |        |
| Соус красный основной 1/50 № 528 сб 1994 г<br>морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль                                                                          | 1/50             | 33.92<br>Белки - 0.45, Жиры - 2.13,<br>Углеводы - 3.25     | 4.00   |
| Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г.<br>греча, масло сливочное, соль                                                                                                                           | 1/150            | 247.59<br>Белки - 8.73, Жиры - 6.09,<br>Углеводы - 39.46   | 15.00  |

| Наименование                                                                                                                                                                     | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                               | Цена  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------|-------|
| Рис отварной № 465 - 1994г.<br>рис пропаренный, масло сливочное, соль                                                                                                            | 1/150            | 224.43<br>Белки - 3.84, Жиры - 5.43,<br>Углеводы - 40.05   | 19.00 |
| Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г.<br>макаронны, масло сливочное, соль                                                                                            | 1/150            | 211.97<br>Белки - 5.82, Жиры - 4.49,<br>Углеводы - 37.08   | 13.00 |
| <b>НАПИТКИ</b>                                                                                                                                                                   |                  |                                                            |       |
| Лимон порционный<br>лимоны                                                                                                                                                       | 1/7              | 1.16<br>Белки - 0.06, Жиры - 0.01,<br>Углеводы - 0.21      | 4.00  |
| Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г.<br>сахар, чай                                                                                                                              | 1/200            | 60.80<br>Белки - 0.20, Углеводы - 15.00                    | 3.00  |
| Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7<br>сахар, лимоны, чай                                                                                                    | 1/200            | 61.92<br>Белки - 0.26, Углеводы - 15.22                    | 6.00  |
| Напиток лимонный №95-2010<br>сахар, лимоны                                                                                                                                       | 200.00           | 97.54<br>Белки - 0.08, Жиры - 0.02,<br>Углеводы - 24.26    | 10.00 |
| <b>ВЫПЕЧКА</b>                                                                                                                                                                   |                  |                                                            |       |
| Хлеб ржаной порционный<br>хлеб ржаной                                                                                                                                            | 1/30             | 51.24<br>Белки - 1.98, Жиры - 0.36,<br>Углеводы - 10.02    | 5.00  |
| Сосиска запеченная в тесте 55\50 № 701-1994г.<br>сосиски, мука, яйцо, масло растительное, сахар, масло сливочное, дрожжи, соль                                                   | 50/50            | 336.66<br>Белки - 11.31, Жиры - 18.94,<br>Углеводы - 30.24 | 42.00 |
| Пицца ново-ярославская 1/110<br>мука, майонез, яйцо, колбаса вареная, колбаса п/к сервелат, сыр в ассортименте, кетчуп, масло растительное, сахар, масло сливочное, дрожжи, соль | 1/110            | 459.99<br>Белки - 12.96, Жиры - 28.66,<br>Углеводы - 37.57 | 44.00 |
| Булочка фигурная с маком 1/100<br>мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин                                                             | 1/100            | 409.34<br>Белки - 8.72, Жиры - 7.66,<br>Углеводы - 76.38   | 19.00 |
| Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п.<br>яблоки, мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, крахмал, соль                                                     | 1/100            | 363.02<br>Белки - 5.64, Жиры - 8.94,<br>Углеводы - 65.00   | 34.00 |
| Пирожок с капустой и яйцом 1/100г №685,687,724-с61994<br>капуста свежая, мука, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль                                    | 1/100            | 257.51<br>Белки - 7.14, Жиры - 9.59,<br>Углеводы - 35.66   | 18.00 |
| Пирог с курой и сыром 1/60 гр. (охл.)<br>филе кури, мука, сыр в ассортименте, майонез, масло растительное, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, чеснок                          | 1/60             | 270.09<br>Белки - 13.83, Жиры - 14.54,<br>Углеводы - 20.98 | 50.00 |
| Булочка "Кранц" 1/110<br>сгущенка вареная, мука, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин                                           | 1/110            | 421.97<br>Белки - 8.22, Жиры - 15.54,<br>Углеводы - 62.30  | 41.00 |

Заведующий столовой Котова С.Ю.

Заведующая производством Степаньчева О.В.

Бухгалтер: Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.Л.Зуева  
"22" мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
**основного (организованного) питания**  
**студентов ГПОУ ЯО "Ярославского градостроительного колледжа",**  
**обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих**  
**и служащих среднего профессионального образования**

**ЗАВТРАК Комплекс**

"22" мая 2026 г

| Наименование                                                                                                                  | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                           | Цена  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|-------|
| Каша молочная пшеничная со сл. маслом стр. 149, таблица № 4 - 1994г.<br>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль | 200/10           | 86.04<br>Белки - 0.08, Жиры - 7.25, Углеводы - 5.12    | 16.00 |
| Кофейный напиток на молоке 1\200 № 98 - 2010г.<br>молоко, сахар, кофейный напиток                                             | 200.00           | 78.56<br>Белки - 0.24, Углеводы - 19.40                | 16.00 |
| Бутерброд с сыром и маслом 15/20/20<br>масло сливочное, хлеб пшеничный, сыр в ассортименте                                    | 15/20            | 230.77<br>Белки - 5.62, Жиры - 18.65, Углеводы - 10.10 | 22.00 |

Итого:

54-00

Заведующий столовой



Котова С.Ю.

Заведующая производством



Степанычева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Директор колледжа**  
  
**М.Л.Зуева**  
 "22 " мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
**основного (организованного) питания**  
**студентов ГПОУ ЯО "Ярославского градостроительного колледжа",**  
**обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих**  
**и служащих среднего профессионального образования**

**ОБЕД Комплекс**

**" 22 " мая 2026 г.**

| Наименование                                                                                                                                                                                          | Вес, г/Объем, мл | Калорийность | Цена   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------|
| Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10<br>реп.129/3 1994г.<br>картофель, говядина б к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное,<br>перловая, соль, лавровый лист | 20/250/10        | 185.75       | 45.00  |
| Оладьи из печени с морковью 1/100 №62-Д.п.<br>печень говяжья, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль                                                                                           | 1/100            | 274.42       | 55.00  |
| Каша гречневая рассыпчатая 1/180 № 74 - 2010г.<br>греча, масло сливочное, соль                                                                                                                        | 1/180            | 297.11       | 11.00  |
| Напиток лимонный №95-2010<br>сахар, лимоны                                                                                                                                                            | 200.00           | 97.54        | 6.00   |
| Хлеб ржаной порционный<br>хлеб ржаной                                                                                                                                                                 | 1/30             | 51.24        | 3.00   |
| Итого:                                                                                                                                                                                                |                  |              | 120.00 |

Заведующая столовой  Котова С.Ю.  
 Заведующая производством  Степанычева О.В.  
 Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.Л.Зуева  
«22» мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
одноразового бесплатного питания  
для студентов ГПОУ ЯО «Ярославского градостроительного колледжа»,  
обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих  
и служащих среднего профессионального образования  
на 22 мая 2026 г.

| Наименование блюда                  | Выход<br>(в гр.) | Цена<br>(руб. коп.) |
|-------------------------------------|------------------|---------------------|
| <b>ОБЕД</b>                         |                  |                     |
|                                     |                  |                     |
| <i>Рассольник ленинградский</i>     | 1/250            | 12-00               |
| <i>Оладьи печеночные с морковью</i> | 1/100            | 55-00               |
| <i>Каша гречневая рассыпчатая</i>   | 1/180            | 11-00               |
| <i>Напиток лимонный</i>             | 1/200            | 6-00                |
| <i>Хлеб ржаной порционный</i>       | 1/30             | 3-00                |
| <b>Итого:</b>                       |                  | <b>87=00</b>        |
|                                     |                  |                     |
|                                     |                  |                     |
|                                     |                  |                     |
|                                     |                  |                     |

Заведующий столовой:



Котова С.Ю.

Заведующая производством:



Степаньчева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.И.Зуева  
«22» мая 2026 г.

**МЕНЮ**  
двухразового бесплатного питания  
для студентов ГПОУ ЯО «Ярославского градостроительного колледжа»,  
обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих  
и служащих среднего профессионального образования  
на 22 мая 2026 г.

| Наименование блюда                   | Выход<br>(в гр.) | Цена<br>(руб. коп.) |
|--------------------------------------|------------------|---------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                       |                  |                     |
|                                      |                  |                     |
| Каша пшеничная молочная              | 200/10           | 16-00               |
| Кофейный напиток на молоке           | 1/200            | 16-00               |
| Бутерброд с сыром и маслом           | 15/20/20         | 22-00               |
| <b>ОБЕД</b>                          |                  |                     |
|                                      |                  |                     |
| Рассольник ленинградский с говядиной | 20/250           | 45-00               |
| Оладьи печеночные с морковью         | 1/100            | 55-00               |
| Каша гречневая с рассыпчатая         | 1/180            | 11-00               |
| Напиток лимонный                     | 1/200            | 6-00                |
| Хлеб ржаной порционный               | 1/30             | 3-00                |
| <b>Итого:</b>                        |                  | <b>174=00</b>       |
|                                      |                  |                     |

Заведующий столовой:



Котова С.И.

Заведующая производством:



Степаныхева О.В.

Бухгалтер:

Махрачева И.А.