

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа



М.Л.Зуева

"31" января 2026 г

МЕНЮ
дополнительного питания
для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа
на " 31 " января 2026 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА			
Морковь по-корейски с раст. маслом 1\110 морковь по-корейски, масло растительное	1/110	185.15 Белки - 4.20, Жиры - 13.99, Углеводы - 10.60	63.00
Салат из белокочанной капусты 1\100 № 2 2010 г. д. п. капуста свежая, морковь, масло растительное, сахар, соль, лимонная кислота	1/100	90.81 Белки - 1.54, Жиры - 5.09, Углеводы - 9.71	12.00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА			
Щи из свежей капусты с картофелем говядиной и сметаной №120-1994г. капуста свежая, говядина б\к, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	20/250/10	154.95 Белки - 8.13, Жиры - 9.05, Углеводы - 10.25	63.00
Щи из свежей капусты с курой и сметаной №120-1994г. капуста свежая, кура, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	20/250/10	202.45 Белки - 9.65, Жиры - 13.65, Углеводы - 10.25	46.00
ВТОРЫЕ БЛЮДА			
Котлета рубленая из филе кури со сл. маслом 75\5 № 460 - 1994г. филе кури, хлеб пшеничный, масло растительное, соль	75/5	139.03 Белки - 13.14, Жиры - 6.55, Углеводы - 6.88	57.00
Каша молочная геркулесовая с маслом (жидкая) № 34 сб 2010 г молоко, геркулес, масло сливочное, сахар, соль	200/10	152.58 Белки - 2.54, Жиры - 8.50, Углеводы - 16.48	34.00
Печень жареная с луком 75/20 № 386,489-1994г. печень говяжья, лук, масло растительное, мука, соль	75/20	293.67 Белки - 20.29, Жиры - 17.07, Углеводы - 14.72	86.00
Котлеты из филе кури панированные жареные 1/75 № 455-1994г. филе кури, масло растительное, сухари панировочные, яйцо, соль	1/75	172.85 Белки - 15.26, Жиры - 12.41, Углеводы - 0.05	60.00
Филе хека жареное 1/75 № 310\3 - 1994г. филе хека мор., масло растительное, мука, соль	75/5	125.47 Белки - 14.69, Жиры - 5.86, Углеводы - 3.50	122.00
ГАРНИРЫ			
Соус красный основной 1/50 № 528 сб 1994 г морковь, мука, томат, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль	1/50	33.92 Белки - 0.45, Жиры - 2.13, Углеводы - 3.25	5.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 6.09, Углеводы - 39.46	14.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макароны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 4.49, Углеводы - 37.08	13.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 5.43, Углеводы - 40.05	21.00
Капуста тушеная № 482 3 кол. - 1994г. капуста свежая, лук, масло растительное, сахар, томат, морковь, соль, мука, лимонная кислота, лавровый лист	1/150	124.62 Белки - 3.60, Жиры - 5.46, Углеводы - 15.27	21.00
НАПИТКИ			
Лимон порционный	1/7	1.16	4.00

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	3.00
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92	6.00
Компот из яблок 1\200 № 586-1994г. д.л. яблоки, сахар, лимонная кислота	200.00	113.60	18.00
ВЫПЕЧКА			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	4.00
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, мак, дрожжи, соль, ванилин	1/100	409.34	19.00
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	23.00
Булочка "Кранц" 1/110 сгущенка вареная, мука, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин	1/110	421.97	40.00

Заведующий столовой _____

Котова С.Ю.

Заведующая производством: _____

Степанычева О.В.

Бухгалтер: _____

Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа


М.Л.Зуева
"31" января 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

"31" января 2026 г

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Каша молочная геркулесовая с маслом молоко, геркулес, масло сливочное, сахар, соль	200/10	242.40 Белки - 5.54, Жиры - 10.00, Углеводы - 32.56	17.00
Масло сливочное 1\20 масло сливочное	1/20	132.18 Белки - 0.16, Жиры - 14.50, Углеводы - 0.26	10.00
Сок 1\200	200.00	0.00	15.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2.28, Жиры - 0.24, Углеводы - 14.76	3.00
Итого:			45-00

Заведующий столовой  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степанычева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор колледжа

 М.Л.Зуева
 " 31 " января 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

" 31 " января 2026 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем говядиной и сметаной №120-1994г. капуста свежая, говядина б\к, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	20/250/10	154.95	37.00
Котлеты натуральные из филе кури 1/75 № 455-1994г. филе кури, масло растительное, сухари панировочные, яйцо, соль	1/75	172.85	46.00
Капуста св. тушеная 1\180 № 482 3 кол. - 1994г. капуста свежая, лук, масло растительное, сахар, томат, морковь, соль, мука, лимонная кислота, лавровый лист	180.00	149.33	15.00
Компот из яблок 1\200 № 586-1994г. д.л. яблоки, сахар, лимонная кислота	200.00	113.60	11.00
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	3.00
Итого:			112-00

Заведующий столовой  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степанычева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа

_____ М.Л.Зуева
«31» января 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 31 января 2026 г.

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (руб. коп.)
ОБЕД		
<i>Щи из свежей капусты</i>	1/250	12-00
<i>Котлета из филе курицы панированная жареная</i>	1/75	46-00
<i>Капуста тушеная</i>	1/180	15-00
<i>Компот из яблок</i>	1/200	11-00
<i>Хлеб ржаной порционный</i>	1/30	3-00
Итого:		87-00

Заведующий столовой:



Котова С.Ю.

Заведующая производством:



Степанычева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа

М.Л.Зуева
«31» января 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 31 января 2026 г.

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (руб. коп.)
ЗАВТРАК		
<i>Каша геркулесовая молочная</i>	200/10	17-00
<i>Сок в ассортименте</i>	1/200	15-00
<i>Масло порционное</i>	1/20	10-00
<i>Хлеб пшеничный порционный</i>	1/30	3-00
<i>Яблоко порционное</i>	1/100	17-00
ОБЕД		
<i>Щи из свежей капусты с говядиной</i>	20/250	37-00
<i>Котлета из филе курицы панированная жареная</i>	1/75	46-00
<i>Капуста тушеная</i>	1/180	15-00
<i>Компот из яблок</i>	1/200	11-00
<i>Хлеб ржаной порционный</i>	1/30	3-00
Итого:		174=00

Заведующий столовой:

Заведующая производством:

Бухгалтер:



Котова С.Ю.

Степанычева О.В.

Махрачева И.А.