

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа

М.И.Зусва

"25" июня 2024 г.

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа**  
**на " 25 " июня 2024 г.**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
Салат из свежих помидор 1\100 № 39 - 1997 г. д.п. помидоры, масло растительное, соль	100.00	109.37 Белки - 1.00, Жиры - 10.17, Углеводы - 3.46	31.00
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>			
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10 рец.129/3 1994г. картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250/10	185.75 Белки - 8.35, Жиры - 9.25, Углеводы - 17.77	46.00
Рассольник ленинградский с курой и сметаной № 129-1994г. картофель, курица, огурцы соленые, морковь, сметана, томат, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250/10	240.52 Белки - 10.28, Жиры - 13.83, Углеводы - 18.75	40.00
Суп пюре из разных овощей с говядиной 20\250 № 167-1994г. молоко, говядина б\к, морковь, картофель, капуста свежая, лук, масло сливочное, мука, соль	270.00	126.50 Белки - 7.75, Жиры - 5.70, Углеводы - 11.05	46.00
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>			
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 200\5 молоко, пшено, рис пропаренный, масло сливочное, сахар, соль	200/5	200.38 Белки - 3.44, Жиры - 8.06, Углеводы - 28.52	20.00
Гуляш из говядины № 55 -2010 г. 100\50 д.п. говядина б\к, лук, масло растительное, мука, томат, соль, лавровый лист	100/50	293.27 Белки - 29.41, Жиры - 18.27, Углеводы - 2.80	165.00
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 - 19.95, Углеводы - 35.06	64.00
Котлета рубленая из птицы со сл. маслом 75/5 № 460 - 1994г. филе курицы, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль, мука, яйцо, сахар, дрожжи	75/5	140.98 Белки - 12.12, Жиры - 10.05, Углеводы - 0.08	44.00
Печень тушеная в соусе 50\50 № 81д\п, № 408 сб 1994 г печень говяжья, сметана, лук, мука, масло растительное, томат, соль	50/50	193.91 Белки - 13.85, Жиры - 11.0, Углеводы - 9.67	44.00
Перец фаршированный мясом и рисом со сметаной 97\20 № 437-1994г. перец, говядина б\к, сметана, лук, рис пропаренный, масло растительное, соль, сухари панировочные	97/20	148.89 Белки - 9.15, Жиры - 8.97, Углеводы - 7.89	91.00
Рыба жареная 100/7 №310-1994 минтай б/г с/м, масло сливочное, масло растительное, мука	100.00	120.31 Белки - 0.70, Жиры - 11.11, Углеводы - 4.59	51.00
<b>ГАРНИРЫ</b>			
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	3.00
Рис отварной № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	1/150	224.43 Белки - 3.84, Жиры - 5.43, Углеводы - 40.05	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. макарроны, масло сливочное, соль	1/150	211.97 Белки - 5.82, Жиры - 4.49, Углеводы - 37.05	7.00
<b>НАПИТКИ</b>			

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Лимон порционный лимоны	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	61.84 Белки - 0.40, Углеводы - 15.06	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
Компот из яблок 1\200 № 586-1994г. д.л. яблоки, сахар, лимонная кислота	200.00	113.60 Белки - 0.16, Жиры - 0.16, Углеводы - 27.88	10.00
Кисель из вишни 1/200 № 590 сб.1994 г вишня, сахар, крахмал	0.00	0.00	16.00
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24 Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 10.02	3.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32 Белки - 2.28, Жиры - 0.24, 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 - 7.66, Углеводы - 71.39	17.00
Ватрушка с творогом 1\75 № 685, № 734-3 кол.-1994г. мука, творог, яйцо, сахар, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин	1/75	240.87 Белки - 10.25, Жиры - 7.47, Углеводы - 33.16	17.00
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 - 8.85, Жиры - 11.22, Углеводы - 41.10	16.00
Пирог с курой и сыром 1/60 гр. (охл.) филе курицы, мука, сыр в ассортименте, майонез, масло растительное, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, чеснок	1/60	270.09 Белки - 13.83, Жиры - 14.54, Углеводы - 20.98	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 - 7.08, Жиры - 12.44, Углеводы - 56.83	20.00

Заведующий столовой:  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степанычева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.