

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.Л.Зуева  
"12" сентября 2026 г

**МЕНЮ**  
**дополнительного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО "Ярославский градостроительный колледж"**

на " 12 " сентября 2026 г.

| Наименование                                                                                                                                                                         | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                           | Цена   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|--------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                |                  |                                                        |        |
| Салат из свеклы с сыром и майонезом 1/100<br>свекла, майонез, сыр в ассортименте                                                                                                     | 1/100            | 177.44<br>Белки - 5.16, Жиры - 14.40, Углеводы - 6.80  | 31.00  |
| Салат из белокочанной капусты 1\100 № 2 2010 г. д. п.<br>капуста свежая, морковь, масло растительное, сахар, соль, лимонная кислота                                                  | 1/100            | 90.85<br>Белки - 1.54, Жиры - 5.09, Углеводы - 9.72    | 11.00  |
| <b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                  |                  |                                                        |        |
| Щи из свежей капусты с картофелем говядиной и сметаной №120-1994г.<br>капуста свежая, говядина б\к, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист | 20/250/10        | 169.92<br>Белки - 8.97, Жиры - 10.32, Углеводы - 10.28 | 68.00  |
| Щи из свежей капусты с курой и сметаной №120-1994г.<br>капуста свежая, кура, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист                        | 20/250/10        | 202.55<br>Белки - 9.65, Жиры - 13.65, Углеводы - 10.28 | 52.00  |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                                                                                  |                  |                                                        |        |
| Сосиска отварная 1/55<br>сосиски                                                                                                                                                     | 1/55             | 143.38<br>Белки - 6.05, Жиры - 13.14, Углеводы - 0.22  | 36.00  |
| Котлета рубленая из филе кури со сл. маслом 75\5 № 460 - 1994г.<br>филе кури, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, соль, мука, яйцо, сахар, дрожжи              | 75/5             | 148.81<br>Белки - 12.11, Жиры - 11.12, Углеводы - 0.08 | 65.00  |
| Свинина с сыром, грибами и луком 1\124<br>карбонат б\к, майонез, сыр в ассортименте, шампиньоны в банках, лук, масло растительное, соль                                              | 1/124            | 426.14<br>Белки - 19.20, Жиры - 38.12, Углеводы - 1.57 | 112.00 |
| Филе кури по-болгарски 1/115<br>перец, филе кури, лук, морковь, фасоль в с\с, масло растительное, чеснок, соль                                                                       | 1/115            | 168.35<br>Белки - 9.80, Жиры - 11.72, Углеводы - 5.92  | 77.00  |
| Филе горбуши жареное 75/5 № 488 с6 2021 г<br>филе горбуши мор., масло растительное, мука, соль                                                                                       | 80.00            | 188.95<br>Белки - 18.34, Жиры - 11.29, Углеводы - 3.50 | 136.00 |
| Фрикадельки рыбные с томатным соусом 75/50 № 517 с6.2015г.<br>филе хека мор., лук, хлеб пшеничный, яйцо, томат, масло растительное, морковь, мука, сахар, соль                       | 75/50            | 120.36<br>Белки - 10.10, Жиры - 4.68, Углеводы - 9.46  | 68.00  |
| <b>ГАРНИРЫ</b>                                                                                                                                                                       |                  |                                                        |        |
| Соус красный основной 1/50 № 528 с6 1994 г<br>морковь, томат, мука, кетчуп, масло сливочное, лук, масло растительное, сахар, соль                                                    | 1/50             | 36.59<br>Белки - 0.56, Жиры - 2.13, Углеводы - 3.81    | 6.00   |
| Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г.<br>греча, масло сливочное, соль                                                                                                             | 1/150            | 272.83<br>Белки - 8.73, Жиры - 5.54, Углеводы - 47.03  | 15.00  |
| Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г.                                                                                                                                    | 1/150            | 212.15                                                 | 13.00  |

| Наименование                                                                                                                                                                     | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                  | Цена  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------|-------|
| макароны, масло сливочное, соль                                                                                                                                                  |                  | Белки - 5.82, Жиры - 4.49, Углеводы - 37.13   |       |
| Рис отварной № 465 - 1994г.<br>рис пропаренный, масло сливочное, соль                                                                                                            | 1/150            | 234.81                                        | 18.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 5.19, Жиры - 5.97, Углеводы - 40.08   |       |
| <b>НАПИТКИ</b>                                                                                                                                                                   |                  |                                               |       |
| Лимон порционный<br>лимоны                                                                                                                                                       | 1/7              | 1.16                                          | 4.00  |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 0.06, Жиры - 0.01, Углеводы - 0.21    |       |
| Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г.<br>сахар, чай                                                                                                                              | 1/200            | 62.72                                         | 5.00  |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 0.60, Углеводы - 15.08                |       |
| Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7<br>сахар, лимоны, чай                                                                                                    | 1/200            | 61.92                                         | 7.00  |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 0.26, Углеводы - 15.22                |       |
| Компот из яблок 1\200 № 586-1994г. д.л.<br>яблоки, сахар, лимонная кислота                                                                                                       | 200.00           | 113.60                                        | 16.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 0.16, Жиры - 0.16, Углеводы - 27.88   |       |
| <b>ВЫПЕЧКА</b>                                                                                                                                                                   |                  |                                               |       |
| Хлеб ржаной порционный<br>хлеб ржаной                                                                                                                                            | 1/30             | 59.16                                         | 5.00  |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 12.00   |       |
| Сосиска запеченная в тесте 55\50 № 701-1994г.<br>сосиски, мука, яйцо, масло растительное, сахар, масло сливочное, дрожжи, соль                                                   | 50/50            | 336.66                                        | 43.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 11.31, Жиры - 18.94, Углеводы - 30.24 |       |
| 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            | 442.89                                        | 48.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 12.47, Жиры - 26.70, Углеводы - 38.18 |       |
| Булочка фигурная с маком 1/100<br>мука, сахар, мак, яйцо, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль, ванилин                                                             | 1/100            | 409.38                                        | 23.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 8.72, Жиры - 7.66, Углеводы - 76.39   |       |
| Булочка с вареной сгущенкой 1/100<br>мука, сгущенка вареная, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, сахарная пудра, соль, ванилин                             | 1/100            | 375.64                                        | 28.00 |
|                                                                                                                                                                                  |                  | Белки - 7.08, Жиры - 12.44, Углеводы - 58.84  |       |

Заведующий столовой \_\_\_\_\_ Котова С.Ю.,  
Заведующая производством: \_\_\_\_\_ Степанычева О.В.  
Бухгалтер: \_\_\_\_\_ Махрачева И.А.

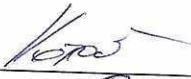
УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.Л.Зуева  
"12" сентября 2026 г.

**МЕНЮ**  
основного (организованного) питания  
студентов ГПОУ ЯО "Ярославский градостроительный колледж",  
обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих  
и служащих среднего профессионального образования

**ЗАВТРАК Комплекс**

"12" сентября 2026 г

| Наименование                                                                          | Вес, г/Объем, мл | Калорийность                                | Цена  |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|-------|
| Каша молочная геркулесовая с маслом<br>молоко, геркулес, масло сливочное, сахар, соль | 200/10           | 300.90                                      | 17.00 |
| Масло сливочное 1\20<br>масло сливочное                                               | 1/20             | 132.18                                      | 10.00 |
| Сок 1\200                                                                             | 200.00           | 0.00                                        | 15.00 |
| Хлеб пшеничный порционный<br>хлеб пшеничный                                           | 30.00            | 70.32                                       | 3.00  |
| Итого:                                                                                |                  | Белки - 2.28, Жиры - 0.24, Углеводы - 14.76 | 45.00 |

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор колледжа  
  
 М.Л.Зуева  
 "12" сентября 2026 г.

**МЕНЮ**  
 основного (организованного) питания  
 студентов ГПОУ ЯО "Ярославский градостроительный колледж",  
 обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих  
 и служащих среднего профессионального образования

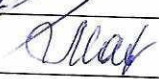
**ОБЕД Комплекс**

" 12" сентября 2026 г.

| Наименование                                                                                                   | Вес, г/Объем, мл | Калорийность | Цена   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------|
| Щи из свежей капусты с картофелем говядиной и сметаной №120-1994г.                                             | 20/250/10        | 169.92       | 37.00  |
| капуста свежая, говядина б\к, картофель, лук, морковь, сметана, масло растительное, томат, соль, лавровый лист |                  |              |        |
| Белки - 8.97, Жиры - 10.32, Углеводы - 10.28                                                                   |                  |              |        |
| Фрикадельки рыбные с томатным соусом 75/50 № 517 сб.2015г.                                                     | 75/50            | 120.36       | 46.00  |
| филе хека мор., лук, хлеб пшеничный, яйцо, томат, масло растительное, морковь, мука, сахар, соль               |                  |              |        |
| Белки - 10.10, Жиры - 4.68, Углеводы - 9.46                                                                    |                  |              |        |
| Рис отварной 1\180 № 465 - 1994г.                                                                              | 180.00           | 281.70       | 16.00  |
| рис пропаренный, масло сливочное, соль                                                                         |                  |              |        |
| Белки - 6.23, Жиры - 7.16, Углеводы - 48.08                                                                    |                  |              |        |
| Компот из яблок 1\200 № 586-1994г. д.л.                                                                        | 200.00           | 113.60       | 12.00  |
| яблоки, сахар, лимонная кислота                                                                                |                  |              |        |
| Белки - 0.16, Жиры - 0.16, Углеводы - 27.88                                                                    |                  |              |        |
| Хлеб ржаной порционный                                                                                         | 1/30             | 59.16        | 3.00   |
| хлеб ржаной                                                                                                    |                  |              |        |
| Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 12.00                                                                    |                  |              |        |
| Итого:                                                                                                         |                  |              | 116-00 |

Заведующая столовой  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степанычева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
 М.Л.Зуева  
«12» сентября 2026 г.

**МЕНЮ**  
одноразового бесплатного питания  
для студентов ГПОУ ЯО «Ярославский градостроительный колледж»,  
обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих  
и служащих среднего профессионального образования  
на 12 сентября 2026 г.

| Наименование блюда            | Выход<br>(в гр.) | Цена<br>(руб. коп.) |
|-------------------------------|------------------|---------------------|
| <b>ОБЕД</b>                   |                  |                     |
|                               |                  |                     |
| Щи из свежей капусты          | 1/250            | 10-00               |
| Фрикадельки рыбные (с соусом) | 1/75             | 46-00               |
| Рис отварной                  | 1/180            | 16-00               |
| Компот из яблок               | 1/200            | 12-00               |
| Хлеб ржаной порционный        | 1/30             | 3-00                |
| <b>Итого:</b>                 |                  | <b>87=00</b>        |
|                               |                  |                     |
|                               |                  |                     |
|                               |                  |                     |
|                               |                  |                     |

Заведующий столовой:

Заведующая производством:

Бухгалтер:

  
Котова С.Ю.

  
Степанычева О.В.

  
Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа

 М.Л.Зуева  
«12» сентября 2026 г.

**МЕНЮ**  
**двухразового бесплатного питания**  
**для студентов ГПОУ ЯО «Ярославский градостроительный колледж»,**  
**обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих**  
**и служащих среднего профессионального образования**  
**на 12 сентября 2026 г.**

| Наименование блюда                      | Выход<br>(в гр.) | Цена<br>(руб. коп.) |
|-----------------------------------------|------------------|---------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |                  |                     |
| <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            | 15-00               |
| <b>ОБЕД</b>                             |                  |                     |
| <i>Щи из свежей капусты с говядиной</i> | 20/250           | 37-00               |
| <i>Фрикадельки рыбные (с соусом)</i>    | 1/75             | 46-00               |
| <i>Рис отварной</i>                     | 1/180            | 16-00               |
| <i>Компот из яблок</i>                  | 1/200            | 12-00               |
| <i>Хлеб ржаной порционный</i>           | 1/30             | 3-00                |
| <b>Итого:</b>                           |                  | <b>174=00</b>       |

Заведующий столовой:

Заведующая производством:

Бухгалтер:



Котова С.Ю.



Степанычева О.В.



Махрачева И.А.