

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа



М.И.Зуева

"18" марта 2026 г

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

на " 18 " марта 2026 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
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	48.00
Морская капуста с растительным маслом 1\110 морская капуста, масло растительное	1/110	102.41 Белки - 0.50, Жиры - 10.49, Углеводы - 1.50	69.00
<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 - 17.27	78.00
Рассольник ленинградский с курой и сметаной № 129-1994г. картофель, кура, 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	61.00
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>			
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 рисовая молочная (вязкая) с маслом 200\10 таб.4 сб 1994 г молоко, рис пропаренный, масло сливочное, сахар, соль	200/10	233.94 Белки - 3.18, Жиры - 7.70, Углеводы - 37.98	36.00
Плов со свининой № 403-1994г. свинина б\к, рис пропаренный, морковь, лук, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	1/250	467.55 Белки - 19.07, Жиры - 19.75, Углеводы - 53.38	71.00
Филе горбуши жареное 75/5 № 488 сб 2021 г филе горбуши мор., масло растительное, мука, соль	80.00	192.49 Белки - 19.23, Жиры - 11.29, Углеводы - 3.49	110.00
Шницель свиной 1/100 №382 сб. 1994 г карбонат б\к, сухари панировочные, масло растительное, яйцо, соль	1/75	305.79 Белки - 20.31, Жиры - 24.93, Углеводы - 0.04	106.00
Котлеты морковные 1/150 № 222 сб.1994 г. морковь, крупа манная, масло растительное, мука, соль	1/150	261.78 Белки - 5.24, Жиры - 12.48, Углеводы - 32.13	21.00
<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	4.00
Каша гречневая рассыпчатая № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/150	247.59 Белки - 8.73, Жиры - 6.09, Углеводы - 39.46	15.00
Макаронные изделия отварные № 273, 469\3 - 1994г. макаронны, 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	19.00
Картофель жареный с шампиньонами 1/175	1/175	162.61	65.00


Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
картофель, грибы свежие, масло растительное, лук, соль, чеснок		Белки - 3.10, Жиры - 5.60, Углеводы - 24.96	
<b>НАПИТКИ</b>			
Лимон порционный лимоны	1/7	1.16	4.00
		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
		Белки - 0.20, Углеводы - 15.00	
Чай с сахаром и лимоном № 627, № 629 - 1994 г. 200\15\7 сахар, лимоны, чай	1/200	61.92	6.00
		Белки - 0.26, Углеводы - 15.22	
Компот из вишни 1/200 ТТК к. вишня, сахар	1/200	92.22	37.00
		Белки - 0.20, Жиры - 0.05, Углеводы - 22.72	
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	5.00
		Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 10.02	
Булочка фигурная с маком 1/100 мука, сахар, яйцо, масло растительное, масло сливочное, мак, дрожжи, соль, ванилин	1/100	409.34	19.00
		Белки - 8.72, Жиры - 7.66, Углеводы - 76.38	
Пирожок с зеленым луком и яйцом 1/60 мука, лук зеленый, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, соль, дрожжи	1/60	149.32	25.00
		Белки - 4.04, Жиры - 4.88, Углеводы - 22.30	
Булочка "Кранц" 1/110 сгущенка вареная, мука, орех грецкий, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль, масло растительное, ванилин	1/110	421.97	41.00
		Белки - 8.22, Жиры - 15.54, Углеводы - 62.30	
Пирожок с капустой и яйцом 1/100г №685,687,724-сб1994 капуста свежая, мука, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, дрожжи, соль	1/100	257.51	18.00
		Белки - 7.14, Жиры - 9.59, Углеводы - 35.66	
Пирожок с яблоками 1/100 № 114 д.п. яблоки, мука, сахар, яйцо, крахмал, масло растительное, масло сливочное, дрожжи, соль	1/100	375.58	35.00
		Белки - 5.65, Жиры - 8.94, Углеводы - 68.13	

Заведующий столовой \_\_\_\_\_  Котова С.Ю.

Заведующая производством: \_\_\_\_\_  Степаньчева О.В.

Бухгалтер: \_\_\_\_\_  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа


  
М.Л.Зуева  
"18" марта 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**

"18" марта 2026 г

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Каша рисовая молочная (вязкая) с маслом 200\10 таб.4 сб 1994 г молоко, рис пропаренный, масло сливочное, сахар, соль	200/10	233.94	25.00
Яйцо вареное яйцо	1/40	62.84	10.00
Какао с молоком № 642-1994г. 3 кол. молоко, сахар, какао	1/200	90.76	15.00
Хлеб пшеничный порционный хлеб пшеничный	30.00	70.32	4.00
Итого:		14.76	54.00

Заведующий столовой  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степанычева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.Л.Зуева

" 18 " марта 2026 г.

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

**ОБЕД Комплексе**

" 18 " марта 2026 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Рассольник ленинградский с говядиной 20/250 рец.129/3 1994г. картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250	165.35 Белки - 8.10, Жиры - 7.25, Углеводы - 16.92	46.00
Котлета рубленая из филе кури 1\100 № 97 д.п.л. сб 2017 г филе кури, молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	100.00	169.14 Белки - 17.54, Жиры - 7.06, Углеводы - 8.86	53.00
Рис отварной 1\180 № 465 - 1994г. рис пропаренный, масло сливочное, соль	180.00	269.32 Белки - 4.61, Жиры - 6.52, Углеводы - 48.06	16.00
Чай с сахаром № 627\3, 628\3 - 1994г. сахар, чай	1/200	60.80 Белки - 0.20, Углеводы - 15.00	2.00
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24 Белки - 1.98, Жиры - 0.36, Углеводы - 10.02	3.00
Итого:			120.00

Заведующий столовой Котова С.Ю. Котова С.Ю.

Заведующая производством Степанычева О.В. Степанычева О.В.

Бухгалтер: Махрачева И.А. Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.Л.Зуева  
«18» марта 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 18 марта 2026 г.

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (руб. коп.)
<b>ОБЕД</b>		
<i>Рассольник ленинградский</i>	1/250	13-00
<i>Котлета рубленая из филе курицы</i>	1/100	53-00
<i>Рис отварной</i>	1/180	16-00
<i>Чай с сахаром</i>	1/200	2-00
<i>Хлеб ржаной порционный</i>	1/30	3-00
<b>Итого:</b>		<b>87=00</b>

Заведующая столовой:



Котова С.Ю.

Заведующий производством:




Степаньчева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.Л.Зуева  
«18» марта 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 18 марта 2026 г.

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (руб. коп.)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша рисовая молочная	1/200	25-00
Какао на молоке	1/200	15-00
Яйцо вареное	шт	10-00
Хлеб пшеничный порционный	1/30	4-00
<b>ОБЕД</b>		
Рассольник ленинградский с говядиной	20/250	46-00
Котлета рубленая из филе курицы	1/100	53-00
Рис отварной	1/180	16-00
Чай с сахаром	1/200	2-00
Хлеб ржаной порционный	1/30	3-00
<b>Итого:</b>		<b>174=00</b>

Заведующая столовой:



Котова С.Ю.

Заведующий производством:



Степаньчева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.