

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор колледжа  
  
 М.Л.Зуева  
 "30" января 2026 г

**МЕНЮ**  
 дополнительного питания  
 для студентов ГПОУ ЯО Ярославского градостроительного колледжа  
 на " 30 " января 2026 г.

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>			
Салат "Грузинский" 1/100 свекла, масло растительное, перец, лук, соль, чеснок	1/100	194.43 Белки - 1.23, Жиры - 18.07, Углеводы - 6.72	26.00
<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	71.00
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	58.00
Уха с семгой 20/250 картофель, лук, морковь, филе горбуши мор., филе хека мор., перец, помидоры, филе семги, масло растительное, соль	270.00	108.52 Белки - 5.02, Жиры - 3.52, Углеводы - 14.18	60.00
<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 молочная пшеничная со сл. маслом стр. 149, таблица № 4 - 1994г. молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль	200/10	86.04 Белки - 0.08, Жиры - 7.25, Углеводы - 5.12	34.00
Горбуша запеченная с помидорами и сыром 1\80 филе горбуши мор., майонез, помидоры, сыр в ассортименте, масло растительное, мука, соль	1/80	226.19 Белки - 16.15, Жиры - 16.69, Углеводы - 2.85	135.00
Поджарка из свинины № 376-1994г. карбонат б\к, лук, масло растительное, томат, соль, лавровый лист	50/15	298.23 Белки - 19.18, Жиры - 23.54, Углеводы - 2.42	96.00
Оладьи из печени с морковью 1/100 №62-Д.п. печень говяжья, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль	1/100	274.42 Белки - 18.39, Жиры - 16.70, Углеводы - 12.64	71.00
Оладьи из печени с морковью и сметаной 100/30 №62-Д.п. печень говяжья, сметана, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль	100/30	335.46 Белки - 19.14, Жиры - 22.70, Углеводы - 13.65	87.00
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
<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	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.	1/150	224.43	21.00

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
рис пропаренный, масло сливочное, соль		Белки - 3.84, Жиры - 5.43, Углеводы - 40.05	
<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	
Напиток лимонный №95-2010 сахар, лимоны	200.00	97.54	10.00
		Белки - 0.08, Жиры - 0.02, Углеводы - 24.26	
<b>ВЫПЕЧКА</b>			
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	4.00
		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	
Ватрушка с повидлом 1\75 № 108 д.п. мука, повидло, яйцо, сахар, масло сливочное, масло растительное, дрожжи, соль	1/75	247.83	15.00
		Белки - 5.47, Жиры - 3.96, Углеводы - 47.58	
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	24.00
		Белки - 10.25, Жиры - 7.47, Углеводы - 33.16	
Булочка с начинкой "Веста Шоколад" 1/100 начинка "веста шоколад", мука, яйцо, масло растительное, масло сливочное, сахар, сахарная пудра, дрожжи, соль, ванилин	1/100	363.31	31.00
		Белки - 6.81, Жиры - 10.35, Углеводы - 60.73	
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
		Белки - 8.85, Жиры - 11.22, Углеводы - 41.10	
Пирог с курой и сыром 1/60 гр. (охл.) филе кури, мука, сыр в ассортименте, майонез, масло растительное, яйцо, масло сливочное, сахар, дрожжи, чеснок	1/60	270.09	50.00
		Белки - 13.83, Жиры - 14.54, Углеводы - 20.98	

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

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

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа



М.Л.Зуева

"30" 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**

**"30" января 2026 г**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Каша молочная пшеничная со сл. маслом стр. 149, таблица № 4 - 1994г. молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль	200/10	86.04 Белки - 0.08, Жиры - 7.25, Углеводы - 5.12	16.00
Кофейный напиток на молоке 1\200 № 98 - 2010г. молоко, сахар, кофейный напиток	200.00	78.56 Белки - 0.24, Углеводы - 19.40	16.00
Бутерброд с сыром и маслом 15/20/20 масло сливочное, хлеб пшеничный, сыр в ассортименте	15/20	230.77 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  
" 30 " 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**

**" 30 " января 2026 г.**

Наименование	Вес, г/Объем, мл	Калорийность	Цена
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной 20/250/10 ре.129/3 1994г. картофель, говядина б\к, огурцы соленые, морковь, сметана, лук, масло растительное, перловая, соль, лавровый лист	20/250/10	185.75	45.00
Оладьи из печени с морковью 1/100 №62-Д.п. печень говяжья, морковь, яйцо, масло растительное, мука, соль	1/100	274.42	55.00
Каша гречневая рассыпчатая 1/180 № 74 - 2010г. греча, масло сливочное, соль	1/180	297.11	11.00
Напиток лимонный №95-2010 сахар, лимоны	200.00	97.54	6.00
Хлеб ржаной порционный хлеб ржаной	1/30	51.24	3.00
Итого:			120-00

Заведующий столовой  Котова С.Ю.

Заведующая производством  Степаныхева О.В.

Бухгалтер:  Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.И.Зуева  
«30» 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 30 января 2026 г.

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (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.

Заведующий производством:



Степаньчева О.В.

Бухгалтер:



Махрачева И.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
  
М.И.Зуева  
«30» 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 30 января 2026 г.**

Наименование блюда	Выход (в гр.)	Цена (руб. коп.)
<b>ЗАВТРАК</b>		
<i>Каша пшеничная молочная</i>	200/10	16-00
<i>Кофейный напиток на молоке</i>	1/200	16-00
<i>Бутерброд с сыром и маслом</i>	15/20/20	22-00
<b>ОБЕД</b>		
<i>Рассольник ленинградский с говядиной</i>	20/250	45-00
<i>Оладьи печеночные с морковью</i>	1/100	55-00
<i>Каша гречневая с 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>174-00</b>

Заведующий столовой:

Заведующий производством:

Бухгалтер:



Котова С.Ю.

Степаньчева О.В.

Махрacheва И.А.