

# Меню

Меню на среду 15, 29 апреля 2026 года

Наименование блюд	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
<b>САЛАТЫ</b>						
338/2015 Фрукты и ягоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2018 Блины со сметанным молоком	45/10		3,195	2,524	19,5	114
ТТК 2016 Салат Каприз	100		2,679	12,047	5,685	144
ТТК Ассорти овощное (помидоры, огурцы свежие, масло растительное)	45/45/10		0,81	10,125	2,535	106
	сред.		1,771	6,274	9,388	103
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>						
82/2015 Борщ с капустой и картофелем	250		1,775	5,166	12,3	103
ТТК 2022 Фрикадельки мясные	10		1,621	1,363	0,27	20
Гренки из пшеничного хлеба	10		1,197	0,126	7,746	37
ТТК Сметана	10		0,26	1,5	0,36	16
	сред.		4,853	8,155	20,676	176
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК Рыба (филе) запеченная с сыром	90/10		23,388	14,539	3,177	237
260/ 2015 Гуляш из говядины	50/50		15,194	17,678	2,845	231
Голень куриная в сливочном маринаде	90/10		22,738	30,392	1,801	371
ТТК 2025 Медальоны из куриных грудок	80/30		26,546	38,182	3,554	465
ТТК 2020 Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	60/40		9,187	11,012	10,13	176
	сред.		19,411	22,361	4,301	296
<b>САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	40/160		13,375	17,878	34,614	353
ТТК 2015 Пельмени для умников и умниц отварные с маслом	180/5		15,149	16,359	44,197	385
	сред.		14,262	17,119	39,406	369
<b>ГАРНИРЫ</b>						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,946	6,479	50,249	291
ТТК Картофель запеченный (из сырого)	180		4,209	9,869	34,082	242
ТТК 2024 Пюре из бобовых	180		21,114	7,463	44,156	328
129/2015 Капуста брокколи отварная	180		5,599	6,195	7,999	55
	сред.		9,717	7,502	34,122	229
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК Чай пакетированный с сахаром	200/8				7,984	32
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,8	0,8	11,94	49
	сред.		0,04	0,04	9,962	41
<b>ХЛЕБ</b>						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
<b>ИТОГО:</b>		<b>93,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 [poelidovolen.ru](http://poelidovolen.ru)

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

