

1 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергети ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Каша манная молочная жидкая	200	250	6,2	7,75	8,05	10,06	31,09	38,86	222,02	277,52	0,06	0,07	0,03	0,04	-	-	-	-	0,50	0,60	24,0	30,0	39,5	49,4	10,0	12,5	0,4	0,5
Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	62,8	62,8	0,19	0,19	0,9	0,9	-	-	0,11	0,11	1,6	1,6	22,0	22,0	9,68	9,68	4,8	4,8	1,0	1,0
Банан свежий	200	200	4,4	4,4	-	-	27,6	27,6	64,0	64,4	0,04	0,04	-	-	8,0	8,0	-	-	2,8	2,8	38,0	38,0	25,0	25,0	15,8	15,8	0,6	0,6
Какао с молоком	200	200	3,77	3,77	3,93	3,93	25,95	25,95	153,92	153,92	0,06	0,06	0,21	0,21	0,05	0,05	0,03	0,03	3,0	3,0	111,4	111,4	156,2	156,2	20,3	20,3	0,7	0,7
Масло сливочное	10	10	0,01	0,01	8,3	8,3	0,06	0,06	77,0	77,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,24	0,24	0,38	0,38	-	-	-	-
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			26,10	29,58	32,3	36,64	124,15	143,61	782,1	895,42	0,47	0,52	1,16	1,19	8,05	8,05	0,14	0,14	7,9	8,0	237,9	256,31	382,1	435,9	81,18	92,53	3,8	4,33
ОБЕД																												
Щи из свежей капусты	250	300	2,09	2,51	6,33	7,59	10,64	12,77	107,83	129,39	0,08	0,09	0,06	0,07	20,5	32,8	0,19	0,24	1,8	2,2	44,23	55,29	53,63	64,35	21,58	25,89	1,6	1,92
Жаркое по домашнему	200	250	22,54	25,61	17,33	19,69	22,13	25,14	334,08	379,61	0,41	0,51	0,4	0,5	10,1	11,5	-	-	1,60	2,0	35,2	40,0	284,9	296,12	48,2	54,8	3,1	3,5
Помидоры конс.	60	100	0,36	0,6	0,12	0,20	2,52	4,20	11,94	19,90	0,02	0,04	0,01	0,02	1,66	2,76	0,01	0,02	0,20	0,20	0,84	1,40	1,98	3,30	3,0	5,0	0,40	0,66
Сок яблочный	200	200	1,0	1,0	0,2	0,2	20,2	20,2	92,0	92,0	0,14	0,14	0,12	0,12	4,4	4,4	-	-	1,40	1,40	1,4	1,4	1,8	1,8	2,0	2,0	1,56	1,56
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			35,55	41,22	34,67	42,08	110,42	136,77	820,66	996,56	1,04	1,34	0,74	0,91	36,66	51,46	0,20	0,26	1,60	5,90	139,81	166,63	550,02	648,9	116,4	144,47	7,96	7,97
ВСЕГО:			61,63	70,8	66,97	78,72	234,57	280,38	1602,76	1838,69	1,51	1,66	1,90	2,1	44,71	59,51	0,34	0,40	9,50	13,90	377,77	422,9	932,18	1084,8	197,55	237,0	11,76	12,3

2 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Макароны, запеченные с яйцом	200	230	9,19	10,58	16,6	19,09	29,6	34,04	304	349,6	0,12	0,13	0,25	0,28	0,24	0,27	0,15	0,18	-	-	68,8	79,12	150,2	172,7	16,27	18,71	1,85	2,12
Колбаса отварная	40	40	3,78	3,78	9,17	9,17	0,89	0,89	102,7	102,7	0,15	0,15	-	-	-	-	-	-	3,20	3,20	14,4	14,4	66,0	66,0	20,0	20,0	0,92	0,92
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,40	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,07	0,07	-	-	15,31	15,31	61,62	61,61	-	-	0,21	0,21	2,4	2,4	0,1	0,1	0,30	0,30	17,3	17,3	8,6	8,6	6,0	6,0	0,9	0,9
Йогурт.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			28,36	32,0	38,25	43,11	97,79	114,6	792,48	900,7	0,44	0,50	0,63	0,66	3,12	3,31	0,35	0,40	3,90	4,20	350,4	382,3	542,5	621,0	82,2	94,9	4,93	5,73
ОБЕД																												
Суп картофельный с бобовыми	250	300	9,19	10,58	16,6	19,09	29,6	34,04	304,0	349,6	0,1	0,12	0,1	0,12	16,5	19,81	0,20	0,20	2,60	3,20	36,63	43,96	96,58	115,89	38,93	46,71	0,6	0,72
Каша пшеничная рассыпчатая	180	180	11,24	11,24	6,38	6,38	44,24	44,24	278,14	278,14	0,95	0,95	0,22	0,22	-	-	-	-	1,90	1,90	39,6	39,6	22,32	22,32	43,2	43,2	3,1	3,1
Рыба тушеная в томате с овощами.	120	140	12,46	14,52	6,89	8,03	6,44	7,51	137,5	160,29	0,8	0,93	0,67	0,78	8,2	9,5	0,11	0,12	1,80	2,10	74,5	86,9	177,97	207,62	79,7	92,9	1,8	2,1
Компот из сухофруктов	200	200	0,56	0,56	-	-	27,89	27,89	113,79	113,79	0,02	0,02	0,012	0,012	0,7	0,7	-	-	-	-	2,6	2,6	5,0	5,0	4,8	4,8	0,34	0,34
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			39,35	45,88	29,56	35,53	155,8	180,86	971,2	1128,3	2,04	2,25	1,00	1,13	25,4	30,01	0,31	0,32	6,30	7,20	193,3	230,9	475,2	592,2	191,35	224,1	7,19	8,16
ВСЕГО:			67,71	77,8	67,81	78,64	253,59	295,46	1763,7	2028,9	2,48	2,75	1,63	1,79	28,5	33,3	0,66	0,72	10,2	11,40	543,77	613,2	1017,71	1213,26	273,5	319,0	12,12	13,89

3 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность к/кал		Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)							
			Белки		Жиры		Углеводы				В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe	
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Омлет натуральный	130	162,5	11,64	14,55	18,04	22,55	3,04	3,80	221,08	276,35	0,05	0,06	0,44	0,55	0,41	0,51	0,16	0,20	3,60	4,50	72,0	115,0	124,8	156,0	14,7	18,4	5,0	6,3
Масло сливочное м.д.ж 72,5%	20	20	0,16	0,16	14,5	14,5	0,26	0,26	132,2	132,2	0,014	0,014	0,13	0,13	-	-	0,1	0,1	1,30	1,30	4,8	4,8	7,6	7,6	-	-	-	-
Зеленый горошек	50	50	1,55	1,55	0,1	0,1	3,25	3,25	20,0	20,0	0,36	0,36	0,15	0,15	0,56	0,56	0,28	0,28	0,70	0,70	1,0	1,0	3,9	3,9	2,65	2,65	0,2	0,2
Печенье	30	40	3,96	5,28	5,1	6,8	43,46	57,94	234,6	312,8	0,02	0,02	-	-	-	-	0,03	0,04	4,20	5,60	88,4	117,9	11,2	14,99	1,56	2,08	-	-
Чай с молоком	200	200	2,79	2,79	2,55	2,55	13,25	13,25	89,25	89,25	0,02	0,02	0,08	0,08	0,6	0,6	-	-	-	-	66,0	66,0	47,0	47,0	12,0	12,0	0,08	0,08
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			26,03	32,89	46,76	56,24	98,22	129,36	883,76	1090,3	0,52	0,63	0,80	0,91	1,57	1,67	0,57	0,62	9,80	12,1	274,54	359,4	345,8	424,8	58,7	74,3	5,78	7,44
ОБЕД																												
Рассольник ленинградский	250	300	5,03	6,04	11,3	13,56	32,38	38,86	149,6	179,52	0,05	0,06	0,04	0,05	15,31	22,84	-	-	-	-	26,7	35,88	37,7	44,6	25,5	36,88	1,1	1,61
Рагу из овощей	150	180	3,93	3,93	4,84	5,38	20,17	20,31	179,23	215,0	0,08	0,09	0,07	0,08	12,0	14,4	0,51	0,61	1,10	1,20	57,0	68,4	32,7	39,6	21,3	25,5	1,2	1,4
Тефтели с соусом	70/30	80/40	9,16	10,44	13,53	15,42	9,44	10,76	196,14	223,6	0,05	0,05	0,08	0,09	1,3	1,6	-	-	-	-	16,6	19,1	14,6	17,52	19,6	22,5	2,2	2,6
Компот из сухофруктов	200	200	0,56	0,56	-	-	27,89	27,89	113,79	113,79	0,22	0,22	0,11	0,11	0,7	0,7	-	-	-	-	2,6	2,6	5,0	5,0	4,8	4,8	0,34	0,34
Йогурт м.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			36,31	41,69	45,4	53,76	156,6	184,1	1027,5	1221,6	0,61	0,70	0,46	0,49	29,5	39,7	0,57	0,67	1,10	1,20	357,7	399,1	446,1	541,5	120,4	154,1	6,28	7,97
ВСЕГО:			62,3	74,58	92,16	110,0	254,82	313,44	1911,26	2311,86	1,13	1,33	1,26	1,4	31,32	41,4	1,16	1,29	10,90	13,30	632,0	758,5	791,1	955,3	179,1	228,4	12,1	15,41

4 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Рыба запеченная с картофелем по- русски	200	250	15,85	19,81	6,8	8,51	22,02	27,53	212,38	265,47	0,14	0,18	0,16	0,20	26,4	33,1	0,02	0,03	0,40	0,50	78,9	98,6	42,08	52,59	66,4	83,0	1,9	2,4
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,70	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Напиток из шиповника	200	200	0,68	0,68	-	-	21,01	21,01	46,87	46,87	0,01	0,01	0,06	0,06	11,0	11,0	-	-	-	-	14,0	14,0	3,4	3,4	4,0	4,0	0,6	0,6
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			26,13	29,9	14,3	18,4	82,9	101,1	468,96	585,22	0,28	0,37	0,23	0,27	37,74	44,7	0,06	0,09	0,80	1,20	149,04	190,3	214,8	281,3	102,8	131,32	3,6	4,63
ОБЕД																												
Суп лапша по домашнему	250	300	2,45	2,94	4,89	5,86	13,91	16,7	109,38	131,26	0,03	0,04	0,03	0,04	3,4	4,12	0,14	0,17	0,50	0,60	26,7	32,11	4,97	5,97	14,3	17,16	0,8	0,95
Птица отварная	100	100	22,6	22,6	17,0	17,0	-	-	244,0	244,0	0,04	0,04	0,13	0,13	1,56	1,56	0,44	0,44	2,70	2,80	3,3	3,3	4,8	4,8	19,5	19,5	2,9	2,9
Капуста тушеная	150	180	3,93	4,72	4,81	5,81	18,31	24,21	130,74	156,88	0,06	0,08	0,05	0,06	25,5	30,6	0,08	0,08	1,0	0,80	87,0	104,4	9,28	11,14	30,0	36,0	1,2	1,4
Компот из апельсинов с яблоками	200	200	0,48	0,48	0,25	0,25	26,81	26,81	110,96	110,96	-	-	-	-	3,96	3,96	0,02	0,02	-	-	28,1	28,1	1,67	1,67	11,5	11,5	0,11	0,11
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			38,69	43,26	37,64	43,32	113,96	142,18	869,9	1018,8	0,30	0,39	0,21	0,23	34,42	40,2	0,68	0,71	4,20	4,20	203,24	247,3	228,43	306,9	116,8	140,9	6,29	7,3
ВСЕГО:			64,8	73,2	51,94	61,7	196,9	243,3	1338,9	1604,02	0,58	0,76	0,44	0,50	72,16	84,9	0,74	0,80	5,00	5,40	352,2	437,6	443,2	588,2	219,6	272,2	9,9	11,9

5 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Плов из птицы	200	250	20,21	25,27	19,75	24,68	38,75	48,43	404,6	505,75	0,24	0,30	0,13	0,16	3,13	3,92	0,11	0,14	0,30	0,40	29,05	36,32	15,28	19,0	37,57	46,97	2,55	3,18
Сок абрикосовый	200	200	0,5	0,5	-	-	12,7	12,7	55,0	55,0	-	-	-	-	0,9	0,9	0,05	0,05	0,10	0,10	4,0	4,0	4,5	4,5	5,0	5,0	1,2	1,2
Помидоры конс.	60	100	0,36	0,6	0,12	0,20	2,52	4,20	11,94	19,90	0,02	0,04	0,01	0,02	1,66	2,76	0,01	0,02	0,20	0,20	0,84	1,40	1,98	3,30	3,0	5,0	0,40	0,66
Яблоко свежее	200	200	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47,0	47,0	-	-	-	-	2,22	2,22	0,11	0,11	-	-	3,2	3,2	2,75	2,75	4,5	4,5	0,14	0,14
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			28,1	35,44	27,69	35,01	102,6	125,99	720,5	887,35	0,38	0,50	0,14	0,18	7,89	9,8	0,28	0,32	0,60	0,80	79,4	99,59	175,8	224,9	80,4	102,3	6,23	7,48
ОБЕД																												
Борщ с капустой и картофелем	250	300	1,9	2,28	6,66	7,99	10,81	12,97	106,25	127,5	0,06	0,08	0,14	0,17	18,25	21,9	0,21	0,26	1,40	1,70	58,0	69,6	97,6	117,15	30,0	36,0	1,3	1,56
Каша гречневая рассыпчатая	150	180	8,73	10,47	5,43	6,52	45,0	54,0	263,8	316,56	0,01	0,01	0,04	0,05	-	-	0,33	0,40	0,20	0,20	18,0	21,6	15,35	18,43	73,5	88,2	2,4	2,9
Фрикадельки в соусе	70/30	100/40	12,63	18,04	13,54	19,34	9,16	13,08	208,6	298,0	0,03	0,04	0,08	0,09	0,73	0,88	-	-	-	-	19,83	23,8	9,25	11,1	23,42	28,1	2,66	3,2
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,70	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Кисель из концентрата	200	200	1,36	1,36	-	-	29,02	29,02	116,19	116,19	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,2	0,2	-	-	18,0	18,0	1,2	1,2
Йогурт м.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			42,53	53,67	41,4	53,4	161,7	197,03	1091,5	1360,9	0,32	0,42	0,43	0,32	19,46	23,5	0,10	0,24	2,0	2,60	361,8	411,3	395,3	486,8	196,24	238,2	9,19	11,3
ВСЕГО:			70,6	89,1	69,1	88,4	264,3	323,02	1812,0	2248,3	0,70	0,92	0,54	0,40	27,35	33,1	0,38	0,56	2,60	3,40	441,2	510,9	571,1	711,7	276,6	340,5	15,42	18,78

6 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Са		Р		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Суп молочный с макаронными изделиями	250	300	6,98	8,38	7,65	9,18	24,66	29,59	195,1	234,12	0,003	0,004	0,13	0,2	0,6	0,72	-	-	1,20	1,40	118,0	141,6	8,51	10,2	16,0	19,2	0,4	0,48
Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	62,8	62,8	0,19	0,19	0,9	0,9	-	-	0,11	0,11	1,60	1,60	22,0	22,0	9,68	9,68	4,8	4,8	1,0	1,0
Масло сливочное м.д.ж. 72,5%	20	20	0,16	0,16	14,5	14,5	0,26	0,26	132,2	132,2	0,14	0,14	0,13	0,13	-	-	0,1	0,1	1,30	1,30	4,8	4,8	7,6	7,6	-	-	-	-
Какао с молоком	200	200	3,77	3,77	3,93	3,93	25,95	25,95	153,92	153,92	0,06	0,06	0,21	0,21	0,05	0,05	0,03	0,03	3,0	3,0	11,4	11,4	156,2	156,2	20,3	20,3	0,7	0,7
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			22,6	25,9	38,1	41,9	89,9	106,94	745,9	842,73	0,54	0,59	1,4	1,48	0,65	0,77	0,24	0,24	7,10	7,30	198,5	234,5	333,3	378,9	71,4	85,2	2,93	3,44
ОБЕД																												
Свекольник	250	300	1,93	2,32	6,34	7,61	10,05	12,06	104,16	124,99	0,05	0,06	0,01	0,01	50,0	60,0	0,03	0,04	0,20	0,20	50,0	60,0	5,63	6,75	18,0	21,6	1,0	1,2
Голубцы ленивые	70/30	100/40	6,56	9,38	6,69	9,57	4,93	7,05	106,21	151,88	0,04	0,05	0,07	0,1	29,0	40,5	0,07	0,1	0,10	0,20	48,7	69,7	7,3	10,2	21,8	31,2	2,0	2,8
Картофельное пюре	150	180	3,19	3,82	6,06	7,27	23,29	27,95	160,45	192,54	0,17	0,2	0,13	0,15	5,6	6,7	0,27	0,34	-	-	40,0	48,0	96,48	115,78	30,0	36,	1,0	1,2
Сок яблочный	200	200	1,0	1,0	-	-	21,2	21,2	88,0	88,0	0,13	0,13	0,20	0,20	8,0	8,0	-	-	-	-	28,0	28,0	100,0	100,0	20,0	20,0	1,44	1,44
Банан свежий	200	200	4,4	4,4	-	-	27,6	27,6	64,0	64,4	0,04	0,04	-	-	8,0	8,0	-	-	2,80	2,80	38,0	38,0	25,0	25,0	15,8	15,8	0,16	0,16
Помидоры конс.	60	100	0,36	0,6	0,12	0,20	2,52	4,20	11,94	19,90	0,02	0,04	0,01	0,02	1,66	2,76	0,01	0,02	0,20	0,30	0,84	1,40	1,98	3,30	3,0	5,0	0,40	0,66
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	134,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			26,7	34,7	29,9	39,1	144,5	174,5	809,6	1017,4	0,62	0,75	0,42	0,48	102,3	125,9	0,38	0,50	3,40	3,50	263,7	324,4	443,6	547,4	150,2	186,4	7,3	9,36
ВСЕГО:			49,3	60,6	68,0	81,0	234,6	281,4	1555,5	1860,1	1,16	1,34	0,82	1,96	102,9	126,7	0,62	0,74	10,5	10,80	462,2	558,9	776,9	926,3	221,6	271,6	10,2	12,8

7 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность к/кал		Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)							
			Белки		Жиры		Углеводы				В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe	
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Жаркое по домашнему	200	250	22,54	25,61	17,33	19,69	22,13	25,14	334,08	379,61	0,04	0,05	0,04	0,05	10,1	11,5	-	-	1,60	2,00	35,2	40,0	284,9	296,12	48,2	54,8	3,1	3,5
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,70	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Кисель из концентрата	200	200	1,36	1,36	-	-	29,02	29,02	116,19	116,19	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,2	0,2	-	-	18,0	18,0	1,2	1,2
Апельсин свежий	200	200	1,8	1,8	0,4	0,4	16,2	16,2	86,0	86,0	0,05	0,05	0,03	0,03	1,33	1,33	0,06	0,06	0,30	0,30	6,8	6,8	5,75	5,75	6,5	6,5	0,3	0,3
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			32,8	38,1	25,2	29,9	107,2	122,9	745,9	854,5	0,22	0,28	0,08	0,09	11,7	13,3	0,10	0,12	4,60	5,30	98,34	124,7	459,9	527,2	105,1	123,6	4,56	6,67
ОБЕД																												
Суп картофельный с клецками	250	300	3,75	4,5	3,29	3,93	16,84	20,21	111,94	134,33	0,05	0,06	0,06	0,07	13,63	16,4	0,04	0,05	1,10	1,30	28,0	33,7	9,3	11,1	16,84	17,7	1,52	1,8
Рыба тушеная в сметанном соусе	120	140	13,19	15,42	11,53	13,47	4,8	5,61	176,0	205,32	0,02	0,02	0,03	0,03	3,6	4,2	0,03	0,04	1,00	1,20	76,4	89,1	24,1	28,14	73,0	85,2	1,7	1,9
Рис отварной	150	180	3,88	4,56	5,01	6,01	40,7	48,32	225,17	270,21	0,04	0,05	0,03	0,04	-	-	0,27	0,32	-	-	2,4	2,9	83,03	99,63	19,0	22,8	0,6	0,7
Помидоры конс.	60	100	0,36	0,6	0,12	0,20	2,52	4,20	11,94	19,90	0,02	0,04	0,01	0,02	1,66	2,76	0,01	0,02	0,20	0,30	0,84	1,40	1,98	3,30	3,0	5,0	0,40	0,66
Компот из яблок с лимоном	200	200	0,2	0,2	0,2	0,2	15,3	15,3	59,1	59,1	0,01	0,01	0,06	0,06	2,9	2,9	0,02	0,02	0,30	0,30	1,08	1,08	0,85	0,85	1,45	1,45	0,9	0,9
Йогурт м.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	137,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			25,62	46,0	25,2	43,21	146,9	179,9	972,9	1178,52	0,35	0,45	0,35	0,38	21,9	26,4	0,42	0,44	2,60	3,10	360,7	401,6	475,4	577,7	162,5	196,53	6,59	8,0
ВСЕГО:			58,4	84,1	50,4	73,1	254,1	302,8	1718,8	2033,0	0,57	0,73	0,43	0,47	33,6	39,7	0,52	0,56	7,20	8,40	459,01	927,6	935,3	1104,9	267,6	320,1	11,15	14,67

8 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергети- ческая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18		
ЗАВТРАК																												
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	120	140	12,46	14,52	6,89	8,03	6,44	7,51	137,5	160,29	0,08	0,09	0,07	0,08	8,2	9,5	0,12	0,14	1,40	1,70	74,5	86,9	127,1	148,3	79,7	98,0	1,8	2,1
Картофельное пюре	150	180	3,19	3,82	6,06	7,27	23,29	27,95	160,45	192,54	0,17	0,2	0,13	0,15	5,6	6,7	0,27	0,34	-	-	40,0	48,0	96,48	115,78	30,0	36,	1,0	1,2
Чай с сахаром	200	200	-	-	-	-	11,28	11,28	45,12	45,12	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6,0	6,0	1,0	1,0	3,0	3,0	0,4	0,4
Яблоко свежее	200	200	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47,0	47,0	-	-	-	-	2,22	2,22	0,11	0,11	-	-	3,2	3,2	2,75	2,75	4,5	4,5	0,14	0,14
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			22,65	27,3	20,77	25,5	89,37	107,4	591,86	657,6	0,37	0,45	0,2	0,23	16,02	18,4	0,5	0,59	1,40	1,70	166,1	198,77	378,62	463,14	147,4	180,6	4,24	5,25
ОБЕД																												
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	300/42	9,76	11,71	6,82	8,18	19,01	22,81	175,1	210,12	0,08	0,10	0,07	0,08	23,45	28,14	0,11	0,13	0,70	0,80	28,91	34,69	14,8	17,7	47,26	56,71	3,02	3,62
Котлета куриная	70	100	11,0	15,72	11,26	16,08	11,64	16,63	191,33	273,33	0,07	0,1	0,12	0,17	0,58	0,83	0,11	0,16	0,40	0,60	30,8	44,0	10,8	15,37	10,24	14,63	1,27	1,82
Каша перловая рассыпчатая	150	180	4,35	5,22	5,25	6,3	34,33	41,22	202,5	243,0	0,03	0,04	0,01	0,02	-	-	-	-	2,10	2,50	28,5	34,2	15,7	18,8	21,0	25,2	0,9	1,08
Кисель из концентрата	200	200	1,36	1,36	-	-	29,02	29,02	116,19	116,19	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,2	0,2	-	-	18,0	18,0	1,2	1,2
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,70	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	137,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			36,18	47,34	34,08	28,98	149,95	185,84	967,69	1553,98	0,36	0,49	0,21	0,28	25,13	29,53	0,26	0,35	3,60	4,60	160,4	215,41	267,03	368,22	140,2	174,8	7,89	9,45
ВСЕГО:			58,83	74,64	54,85	55,48	239,32	293,24	1559,5	2211,6	0,73	0,94	0,41	0,51	41,13	47,93	0,76	0,94	5,00	6,30	326,5	414,1	645,6	831,34	287,6	355,9	12,13	14,7

9 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Ca		P		Mg		Fe		
	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18	7- 11	12- 18
ЗАВТРАК																												
Капуста тушеная	150	180	3,93	4,72	4,81	5,81	18,31	24,21	130,74	156,88	0,06	0,08	0,05	0,06	25,5	30,6	0,08	0,08	1,0	1,0	87,0	104,4	9,28	11,14	30,0	36,0	1,2	1,4
Котлета куриная с соусом	70/30	100/40	12,3	17,16	4,45	6,23	6,52	9,14	115,24	161,34	0,06	0,08	0,07	0,10	0,93	1,3	0,11	0,16	0,40	0,60	8,82	12,35	10,98	15,37	10,45	14,63	0,74	1,03
Компот из сухофруктов	200	200	0,56	0,56	-	-	27,89	27,89	113,79	113,79	0,22	0,22	0,11	0,11	0,7	0,7	-	-	-	-	2,6	2,6	5,0	5,0	4,8	4,8	0,34	0,34
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			23,4	31,01	16,7	21,79	91,55	112,1	561,7	691,710	0,46	0,54	0,23	0,17	27,1	32,6	0,19	0,24	1,40	1,60	140,8	174,02	176,5	226,82	75,5	94,56	3,23	4,04
ОБЕД																												
Суп с картофелем и рыбными консервами	250	300	6,22	7,46	8,21	9,85	18,39	22,07	170,98	205,18	0,13	0,15	0,15	0,18	4,3	5,18	0,23	0,29	4,00	5,00	9,5	11,35	69,9	83,7	14,1	16,91	2,4	2,9
Картофельная запеканка	205	255	25,53	31,91	24,78	30,97	18,43	23,03	400,75	500,94	0,38	0,47	0,23	0,28	44,0	55,0	-	-	1,50	1,80	16,9	21,1	259,7	323,0	35,0	42,7	5,2	6,5
Помидоры конс.	60	100	0,36	0,6	0,12	0,20	2,52	4,20	11,94	19,90	0,02	0,04	0,01	0,02	1,66	2,76	0,01	0,02	0,20	0,30	0,84	1,40	1,98	3,30	3,0	5,0	0,40	0,66
Компот из апельсинов с яблоками	200	200	0,48	0,48	0,25	0,25	26,81	26,81	110,96	110,96	-	-	-	-	3,96	3,96	0,02	0,02	-	-	28,1	28,1	1,67	1,67	11,5	11,5	1,1	1,1
Йогурт м.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	137,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			50,02	61,18	49,05	60,67	132,9	162,37	1083,4	1326,64	0,74	0,93	0,55	0,64	54,1	67,0	0,32	0,39	5,70	7,10	332,1	335,0	689,4	846,4	112,82	140,49	10,57	13,2
ВСЕГО:			73,42	92,2	65,8	82,5	224,5	274,5	1645,1	2018,34	1,20	1,47	0,78	0,81	81,2	99,7	0,51	0,63	7,10	8,70	472,9	509,0	865,9	1073,2	188,3	235,1	13,8	17,24

10 День

Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность к/кал	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)								
			Белки		Жиры		Углеводы			В ₁		В ₂		С		А		Е		Са		Р		Mg		Fe		
	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
ЗАВТРАК																												
Икра свекольная	50	50	1,18	1,18	2,3	2,3	6,16	6,16	50,05	50,05	0,01	0,01	0,02	0,02	3,36	3,36	-	-	0,10	0,10	19,12	19,12	3,68	3,68	2,25	2,25	0,89	0,89
Каша гречневая рассыпчатая	150	180	8,73	10,47	5,43	6,52	45,0	54,0	263,8	316,56	0,33	0,40	0,15	0,18	-	-	0,27	0,33	1,70	2,00	18,0	21,6	208,2	249,8	73,5	88,2	2,4	2,9
Тефтели с соусом	70/30	80/40	9,16	10,44	13,53	15,42	9,44	10,76	196,14	223,6	0,05	0,05	0,08	0,09	1,3	1,6	-	-	-	-	16,6	19,1	14,6	17,52	19,6	22,5	2,2	2,6
Сок персиковый	200	200	0,6	0,6	-	-	33,0	33,0	136,0	136,0	0,03	0,03	0,04	0,04	13,4	13,4	0,11	0,11	1,10	1,10	1,0	1,0	3,75	3,75	6,0	6,0	0,22	0,22
Яблоко свежее	200	200	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47,0	47,0	-	-	-	-	2,22	2,22	0,11	0,11	-	-	3,2	3,2	2,75	2,75	45,0	45,0	0,14	0,14
Хлеб пшеничный	30	40	3,94	5,25	5,66	7,55	24,17	32,53	90,86	120,89	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	20,79	27,73	74,4	99,2	14,9	19,91	0,5	0,8
Хлеб ржаной	20	25	2,66	3,32	1,76	2,2	14,66	18,33	111,05	138,81	0,06	0,08	-	-	-	-	-	-	-	-	21,55	26,94	76,89	96,11	15,38	19,22	0,4	0,5
ИТОГО:			24,7	29,8	26,8	32,2	130,4	152,77	836,8	974,9	0,50	0,61	0,29	0,33	20,2	20,56	0,48	0,55	2,90	3,20	87,5	106,37	340,2	428,79	167,8	194,26	6,18	7,26
ОБЕД																												
Суп с картофелем и макаронными изделиями	250	300	2,83	3,39	2,86	3,43	21,76	26,11	75,95	91,14	0,13	0,15	0,08	0,09	23,8	28,5	0,14	0,17	6,00	8,00	34,0	40,74	97,6	117,12	38,6	46,26	1,6	1,86
Рагу из птицы	200	250	17,57	21,96	22,38	27,97	20,8	26,0	325,65	440,81	0,01	0,02	0,01	0,02	30,91	38,64	0,24	0,31	1,90	2,30	37,24	46,55	50,5	69,95	55,93	69,91	1,78	3,47
Огурцы консер.	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	7,8	13,0	0,01	0,02	0,01	0,01	0,34	0,56	0,04	0,06	0,40	0,70	13,8	23,0	18,0	30,0	2,1	3,5	0,2	0,33
Напиток из шиповника	200	200	0,68	0,68	-	-	21,01	21,01	46,87	46,87	0,01	0,01	0,06	0,06	11,0	11,0	-	-	-	-	14,0	14,0	3,4	3,4	4,0	4,0	0,6	0,6
Йогурт м.д.ж.25%	200	200	8,2	8,2	5,0	5,0	11,8	11,8	114,0	114,0	0,04	0,04	0,16	0,16	0,14	0,14	0,06	0,06	-	-	193,8	193,8	148,4	148,4	7,6	7,6	0,16	0,16
Хлеб пшеничный	45	60	5,91	7,88	8,49	11,32	36,6	48,8	136,0	181,33	0,09	0,12	-	-	-	-	-	-	-	-	31,2	41,6	111,6	148,8	22,4	29,87	0,8	1,2
Хлеб ржаной	25	35	3,32	4,65	2,2	3,08	18,33	25,66	138,81	194,33	0,08	0,11	-	-	-	-	-	-	-	-	26,94	37,72	96,11	137,55	19,22	26,91	0,5	0,7
ИТОГО:			37,02	45,6	38,2	48,1	119,1	148,9	799,8	1036,2	0,37	0,47	0,32	0,34	66,19	78,84	0,49	0,65	8,30	11,00	340,6	387,1	488,4	618,0	142,4	180,6	6,76	8,4
ВСЕГО:			61,72	75,4	65,0	80,3	249,5	301,7	1636,6	2011,1	0,87	1,06	0,61	0,67	86,4	99,4	1,01	1,15	11,20	14,20	428,1	493,4	828,6	1046,4	310,2	374,86	12,94	15,66