



Согласовано:  
 Начальник управления образования  
 администрации города-курорта Железноводска  
 Ставропольского края  
 С.Н. Казанцева  
 «28» августа 2023 г.

Утверждаю:  
 Директор №

«28» августа 2023 г.

**Примерное десятидневное меню горячего питания (завтрак и обед) для учащихся в муниципальный год города — курорта Железноводска на 2023 учебный год для ЛЬБОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4 класс (за счет бюджета)**



СОГЛАСОВАНО  
 Начальник ТО Управления  
 Федеральной службы по надзору  
 в сфере защиты прав потребителей  
 и благополучия человека  
 Территориального управления  
 по Ставропольскому краю в г.Лыгигорске  
 А.В. Красовко  
 «28» августа 2023 г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена,	Пищевые в-ва, г			Энерг. Ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг						
				Б	Ж	У		К	В1	С	А	Мг	Са	Р	Fe						

**ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ**

№ 181	Каша жидкая молочная из крупы манной с маслом сливочным	200/5	11,55	13,3	7,12	40,4	297,3	0,1	1,96	0,1	39,2	61,8	116,3	02,3
№ 15	Сыр Российский	15	8,75	3,5	4,5	0,0	54,5	0	0	0,1	5,5	98,2	75,0	00,2
№ 14	Масло сливочное	10	6,30	0,08	7,25	0,13	66,0	0,0	0,0	0,2	3,0	3,0	0,0	0,0
№376	Чай с сахаром и лимоном	200/157	2,91	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	12,83	0,0	2,40	4,40	2,40	0,36
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
№ 388	Блюдо сезонное каппированное	120	9,60	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	02,6
		<b>580</b>	<b>40,65</b>	<b>19,09</b>	<b>19,73</b>	<b>77,69</b>	<b>588,40</b>	<b>0,24</b>	<b>26,79</b>	<b>0,41</b>	<b>70,60</b>	<b>193,50</b>	<b>233,90</b>	<b>6,36</b>

**ОБЕД 1 ДЕНЬ**

№ 101	Суп картофельный с крутой (рисовой)	250	8,33	1,97	2,85	12,1	85,75	0,09	18,6	0,5	22,8	26,7	66,2	0,88
№268	Виточки (говядина)	100	40,45	12,75	14,09	11,7	233,27	0,07	0,96	0,2	32,57	31,37	64,7	1,3
№203	Макаронные отварные с маслом	180	7,12	9,2	14,2	53,2	268	0,22	1,6	0,7	88,5	1,41	65,7	05,8
№ 349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,000	17,76	9,40	23,44	0,70
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
Итого обед:		<b>780</b>	<b>62,85</b>	<b>28,18</b>	<b>31,89</b>	<b>130,49</b>	<b>821,82</b>	<b>0,60</b>	<b>21,89</b>	<b>1,36</b>	<b>177,01</b>	<b>81,18</b>	<b>273,14</b>	<b>10,68</b>
Итого за день:		<b>1360</b>	<b>103,50</b>	<b>47,27</b>	<b>51,62</b>	<b>208,18</b>	<b>1410,22</b>	<b>0,84</b>	<b>48,68</b>	<b>1,77</b>	<b>247,61</b>	<b>274,68</b>	<b>507,04</b>	<b>17,04</b>

**ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ**

№131	Горошек зеленый консервированный	60	12,01	0,5	0,1	1,5	8,1	0	4	0	4,4	13,8	25,2	00,6
№295/231	Котлета рубленая из птицы (грудка)	100	29,36	10,9	13,8	10,2	187,3	0	1,3	0,3	24,1	8,2	140,9	1,7
№304	Рис отварной	180	10,70	6,73	6,08	32,9	214,3	0,29	5	0,021	138	20,38	207,2	4,67
№376	Чай с сахаром и лимоном	200/15	2,91	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	12,83	0,0	2,40	4,40	2,40	0,36
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
Итого завтрак:		<b>570</b>	<b>56,53</b>	<b>19,86</b>	<b>20,36</b>	<b>70,00</b>	<b>523,90</b>	<b>0,39</b>	<b>23,13</b>	<b>0,00</b>	<b>178,60</b>	<b>53,88</b>	<b>402,70</b>	<b>8,13</b>

**ОБЕД 2 ДЕНЬ**

№ 102	Суп картофельный с горохом	250	7,36	8,42	4,61	26,27	125,3	0,3	0,2	0,000	32,7	49,01	72,3	0,52
№ 229	Рыба тушеная с овощами	100/50	42,74	18,6	5,22	16,84	143,2	0,1	15,06	0,3	22,78	86,7	55,98	0,88
№ 312	Картофельное пюре	180	18,94	2,98	15,85	20,65	255,0	0,16	11,29	0,2	30	20,16	82,36	1,21
№ 377	Компот из яблок свежих	200	5,54	0,1	0	15,6	87,2	0,01	2,20	0,0	15,20	11,10	1,80	1,50
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
Итого обед:		<b>830</b>	<b>77,16</b>	<b>33,70</b>	<b>26,34</b>	<b>100,84</b>	<b>712,70</b>	<b>0,78</b>	<b>28,75</b>	<b>0,50</b>	<b>136,08</b>	<b>179,27</b>	<b>265,54</b>	<b>6,11</b>
Итого за день:		<b>1400</b>	<b>133,69</b>	<b>53,56</b>	<b>46,70</b>	<b>170,84</b>	<b>1236,60</b>	<b>1,17</b>	<b>51,88</b>	<b>0,50</b>	<b>314,68</b>	<b>233,15</b>	<b>668,24</b>	<b>14,24</b>

**ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ**

*Синий росчерк/подпись*

№188/223	Запеканка из творога со ступеным молоком	180/40	79,37	16,47	18,5	34,2	425,3	0,30	7,90	0,20	52,9	42,3	144,3	01,80
№ 388	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	02,6
№382	Кавказ с молоком	200	9,84	2,90	2,50	24,80	97,50	0,0	2,3	0,01	34,00	11,00	51,00	01,0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
<b>Итого завтрак:</b>		<b>570</b>	<b>100,35</b>	<b>21,45</b>	<b>21,84</b>	<b>80,96</b>	<b>631,40</b>	<b>0,44</b>	<b>22,20</b>	<b>0,22</b>	<b>107,40</b>	<b>79,40</b>	<b>235,50</b>	<b>6,24</b>
<b>ОБЕД 3 ДЕНЬ</b>														
№ 108	Суп картофельный с клецками	250	7,16	16,42	5,61	26,27	193,3	0,3	9,8	0,5	52,7	99,01	131,4	1,52
№279	Тертель из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	40,65	10,11	13,20	9,50	178,20	0,1	8,6	0,0	14,60	26,10	45,10	1,100
№302,	Речка отварная рассыпчатая	180	14,53	3,25	14,6	31,2	206	0,00	6,2	0,2	26,0	42,2	78,0	06,0
№358	Кисель из сока фруктового	200	5,90	0,25	0,00	6,90	98,50	0,000	3,50	0,0	5,00	15,20	9,10	0,1
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
<b>Итого обед:</b>		<b>830</b>	<b>70,81</b>	<b>33,98</b>	<b>34,07</b>	<b>95,35</b>	<b>778,00</b>	<b>0,58</b>	<b>28,10</b>	<b>0,51</b>	<b>113,70</b>	<b>194,81</b>	<b>316,70</b>	<b>10,72</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1400</b>	<b>171,16</b>	<b>55,43</b>	<b>55,91</b>	<b>176,31</b>	<b>1409,40</b>	<b>1,02</b>	<b>50,30</b>	<b>0,72</b>	<b>221,10</b>	<b>274,21</b>	<b>552,20</b>	<b>16,96</b>
<b>ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ</b>														
№ 75	Икра кабачковая конс.	60	7,31	5,6	1,6	7,72	78,2	0,02	4,4	0,018	58,2	15,53	36,55	1,02
№ 204	Макаронны с сыром	180/40	31,60	22,5	27,5	44,5	265	0,2	0,1	0,3	57,2	10,2	141,6	01,1
№ 388	Банан калиброванный	200	28,00	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	02,6
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	1,00	0,00	18,20	76,00	0,02	4,00	0,000	8,00	14,00	14,00	0,60
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
<b>Итого завтрак:</b>		<b>730</b>	<b>69,91</b>	<b>31,18</b>	<b>29,94</b>	<b>92,38</b>	<b>527,80</b>	<b>0,38</b>	<b>20,50</b>	<b>0,32</b>	<b>143,90</b>	<b>65,83</b>	<b>232,35</b>	<b>6,16</b>
<b>ОБЕД 4 ДЕНЬ</b>														
№71	Орден свежий	60	3,10	0,5	0,1	1,5	8,1	0	4	0	4,4	13,8	25,2	00,6
№ 84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250/5	10,66	5,21	4,34	29,62	278,3	0,30	7,8	0,220	44,2	58,87	107,7	1,93
№ 291	Плов из птицы	100/180	52,20	18,01	23,6	22	246,4	0,1	4,8	0,3	42,3	32,3	149,3	2,4
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,7	0,3	18,2	103,0	0,0	55,0	0,3	3,6	28,3	3,0	1,0
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
<b>Итого обед:</b>		<b>845</b>	<b>74,67</b>	<b>28,02</b>	<b>29,00</b>	<b>92,80</b>	<b>737,75</b>	<b>0,60</b>	<b>71,60</b>	<b>0,82</b>	<b>109,90</b>	<b>145,57</b>	<b>338,30</b>	<b>7,93</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1575</b>	<b>144,58</b>	<b>59,20</b>	<b>58,94</b>	<b>185,18</b>	<b>1265,55</b>	<b>0,98</b>	<b>92,10</b>	<b>1,14</b>	<b>253,80</b>	<b>211,40</b>	<b>570,65</b>	<b>14,09</b>
<b>ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ</b>														
№75	Икра свекольная	60	5,36	5,6	1,6	7,72	78,2	0,02	4,4	0,018	58,2	15,53	36,55	1,02
№210	Омлет натуральный с маслом	180	41,73	19,30	25,30	32,61	298,60	0,2	0,27	0,3	19,8	52,10	164,50	02,06
№ 388	Банан калиброванный	200	28,00	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	02,6
№376	Чай с сахаром и лимоном	200/15	2,91	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	12,83	0,0	2,40	4,40	2,40	0,36
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
<b>Итого завтрак:</b>		<b>670</b>	<b>79,54</b>	<b>27,11</b>	<b>27,76</b>	<b>77,49</b>	<b>547,40</b>	<b>0,31</b>	<b>29,50</b>	<b>0,34</b>	<b>100,90</b>	<b>98,13</b>	<b>243,65</b>	<b>6,88</b>
<b>ОБЕД 5 ДЕНЬ</b>														
№ 112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	6,51	3,57	2,84	19,00	117,00	0,100	6,00	0,200	21,00	22,00	54,00	0,90
№295/31	Коллета рубленая из птицы (грудка)	100	29,36	12,7	18,8	10,2	187,3	0	1,3	0,3	24,1	8,2	140,9	1,7
№143	Рагу из овощей	180	15,17	8,73	6,08	32,9	214,3	0,29	5	0,021	138	20,58	207,2	4,67
№ 349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,000	17,76	9,40	23,44	0,70
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	00,8
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
<b>Итого обед:</b>		<b>780</b>	<b>57,99</b>	<b>29,26</b>	<b>28,47</b>	<b>115,59</b>	<b>753,40</b>	<b>0,61</b>	<b>13,03</b>	<b>0,20</b>	<b>216,26</b>	<b>72,48</b>	<b>478,64</b>	<b>9,97</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1450</b>	<b>137,54</b>	<b>56,37</b>	<b>56,23</b>	<b>193,08</b>	<b>1300,80</b>	<b>0,92</b>	<b>42,53</b>	<b>0,54</b>	<b>317,16</b>	<b>170,61</b>	<b>722,29</b>	<b>16,85</b>
<b>Всего завтрак и обеды: 1</b>		<b>7185,00</b>	<b>690,47</b>	<b>271,83</b>	<b>269,40</b>	<b>933,59</b>	<b>6622,57</b>	<b>4,92</b>	<b>285,49</b>	<b>4,67</b>	<b>1354,35</b>	<b>1164,05</b>	<b>3020,42</b>	<b>79,18</b>

ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ														
№175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/5	12,26	19,2	14,9	46,79	271,2	0,22	11,69	0,046	45,6	73,9	101,3	0,16
№14	Масло сливочное	10	6,30	0,08	7,25	0,13	66,0	0,0	0,0	0,2	3,0	3,0	0,0	0,0
№15	Сыр Российский	15	8,75	3,5	4,5	0,0	54,5	0	0	0,1	5,5	98,2	75,0	0,02
№388	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	0,26
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	1,00	0,00	18,20	76,00	0,02	4,00	0,000	8,00	14,00	14,00	0,60
Итого завтрак:	Хлеб пшеничный	580	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
ОБЕД 6 ДЕНЬ														
№82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	10,50	5,21	4,34	29,62	193,2	0,30	7,8	0,220	44,2	58,87	77,7	1,2
№268	Биточки (говядина)	100	40,45	12,75	14,09	11,7	233,27	0,07	0,96	0,2	32,57	31,37	64,7	1,3
№302,	Гречка отварная рассыпчатая	180	14,53	3,6	14,6	31,2	206	0,00	6,2	0,2	26,0	42,2	78,0	0,06
№349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,000	17,76	9,40	23,44	0,70
Итого обед:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
Итого обед:	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
Итого за день:		1365	72,43	25,82	33,78	126,01	867,27	0,59	15,69	0,37	135,93	154,14	296,94	5,80
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ														
№131	Кукуруза консервированная	60	12,94	5,6	1,6	7,72	78,2	0,02	4,4	0,018	58,2	15,53	36,55	1,02
№210	Омлет натуральный с маслом	180	41,73	19,30	25,30	32,61	298,60	0,2	0,27	0,3	19,8	52,10	164,50	02,06
№388	Банан калиброванный	200	28,00	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	0,26
№376	Чай с сахаром и лимоном	200/15	2,91	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	12,83	0,0	2,40	4,40	2,40	0,36
Итого завтрак:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
Итого завтрак:		670	87,12	27,11	27,76	77,49	547,40	0,31	29,50	0,34	100,90	98,13	243,65	6,88
ОБЕД 7 ДЕНЬ														
№102	Суп картофельный с горохом	250	7,36	8,42	4,61	26,27	125,3	0,3	0,2	0,000	52,7	49,01	72,3	0,52
№234	Шницель рыбные (минтай)	100	25,46	12,25	7,57	7,64	102,6	0,09	1,2	0,005	42,2	23,07	82,9	0,95
№312	Картофельное пюре	180	18,94	2,98	15,85	20,65	255,0	0,16	11,29	0,5	30	20,16	26,36	0,21
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,7	0,82	103,0	103,0	0,0	55,0	0,3	3,6	28,3	3,0	1,0
Итого обед:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
Итого обед:	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
Итого за день:		1450	147,59	55,06	56,75	171,73	687,90	0,76	67,69	0,30	143,90	132,84	237,66	4,68
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ														
№181	Каша жидкая молочная из крупы овсяной	200/5	12,33	16,6	9,7	40,4	379,2	0,1	1,96	0,1	39,2	61,8	116,3	02,3
№14	Масло сливочное	10	6,30	0,08	7,25	0,13	66,0	0,0	0,0	0,2	3,0	3,0	0,0	0,0
№15	Сыр Российский	15	8,75	3,5	4,5	0,0	54,5	0	0	0,1	5,5	98,2	75,0	0,02
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	1,00	0,00	18,20	76,00	0,02	4,00	0,000	8,00	14,00	14,00	0,60
Итого завтрак:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
Итого завтрак:	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,48	0,48	11,76	56,4	0,0	12,0	0,0	10,80	19,20	13,20	0,26
Итого завтрак:		580	39,97	20,18	21,45	40,53	499,70	0,10	1,96	0,40	47,70	163,00	191,30	2,56
ОБЕД 8 ДЕНЬ														
№96	Расольник Ленинградский с крупной рисовой со сметаной	250/5	11,34	3,82	5,37	18,30	154,0	0,21	24,10	0,5	10,20	83,60	72,3	1,75
№101/1/31 сб. 2011, 2005 г	Тфрега рубленые из грудки птицы с соусом томатным	100/50	32,74	12,7	18,8	10,2	187,3	0	1,3	0,3	24,1	8,2	40,9	1,7
№203	Макаронны отварные с маслом	180	7,12	9,2	14,2	53,2	268	0,22	1,6	0,7	88,5	1,41	65,7	05,8
№349	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,000	17,76	9,40	23,44	0,70
Итого обед:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,60	0,36	10,20	52,20	0,1	0	0	9,7	6,9	27	0,08
Итого обед:	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	20	1,03	2,00	0,30	11,28	49,80	0,10	0,000	0,00	5,70	5,40	26,10	1,20
Итого за день:		1415	58,15	29,98	39,12	135,19	844,10	0,65	27,73	1,46	155,96	114,91	255,44	11,95
Итого за день:		1415	98,12	50,16	60,57	175,72	1343,80	0,75	29,69	1,86	203,66	277,91	446,74	14,51



ОБЕД											
Б	Ж	У	К	В1	С	А	Р	Мг	Fe		
77	79	335	2350	1,2	60	700	0	250	1100		
35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%	35,00%		
45,4	44,3	104	1,489	0,8	58,3	500	0	140	318		
285,25	299,10	1033,52	7692,19	6,28	327,38	6,40	3000,39	81,30	81,30		
28,525	29,91	103,352	763,219	0,6284	32,738	0,6402	300,039	8,13	8,13		
64,65	64,05	187,75	2076,5	1,1	73,3	675	0	202,5	593		
<b>521,00</b>	<b>533,85</b>	<b>1787,60</b>	<b>13144,59</b>	<b>9,40</b>	<b>539,54</b>	<b>9,19</b>	<b>5355,44</b>	<b>0</b>	<b>139,01</b>	<b>139,01</b>	
52,1	53,385	178,76	1314,459	0,9396	53,954	0,9187	0	535,544	0	13,901	13,901

показатели	От 7 до 12 лет	12 лет и старше
завтрак	500	550
обед	700	800
Итого:	1200	1350

СанПиН 2.3/2.4.3590920

Примерная свободная пищевых веществ

общая	Выход блюда	Пищевые в-ва,г				Энерг. Ценность,к кал	Витамины, мг				Минеральные вещества,мг					
		Б	Ж	У	К		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe			
Итого 1 День	1360	47,27	51,62	208,18	1410,22	0,84	48,68	1,77	247,61	274,68	507,04	17,04				
Итого 2 День	1400	53,56	46,70	170,84	1236,60	1,17	51,88	0,50	314,68	233,15	668,24	14,24				
Итого 3 День	1400	55,43	55,91	176,31	1409,40	1,02	50,30	0,72	221,10	274,21	552,20	16,96				
Итого 4 День	1400	59,20	58,94	185,18	1265,55	0,98	92,10	1,14	253,80	211,40	570,65	14,09				
Итого 5 День	1450	56,37	56,23	193,08	1300,80	0,92	42,53	0,54	317,16	170,61	722,29	16,85				
Итого 6 День	1365	51,68	61,27	213,09	1443,57	0,97	43,38	0,72	218,53	369,34	527,44	11,66				
Итого 7 День	1450	51,68	56,75	171,73	1235,30	1,07	97,19	0,64	244,80	230,97	481,31	11,56				
Итого 8 День	1415	50,16	60,57	175,72	1343,80	0,75	29,69	1,86	203,66	277,91	446,74	14,51				
Итого 9 День	1440	39,43	27,63	116,46	1238,30	0,73	40,66	0,13	150,80	203,68	378,80	8,78				
Итого 10 День	1475	52,84	58,23	177,01	1261,05	0,96	43,13	1,17	225,70	155,41	500,73	13,32				
потребление за 10	14330	521,00	533,85	1787,6	13144,59	9,40	539,54	9,187	2397,8	2401,36	5355,44	139,0				
средняя за 1 день:	1433	52,1	53,4	178,8	1314,5	0,9	54,0	0,9	239,8	240,1	535,5	13,9				