



Утверждаю
Заведующий детским садом №7 «Сказка»
Т. А. Магомедова

30 ноября 2023г.

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
для организации питания детей от 3 до 7 лет в ДОУ с 10,5-часовым пребыванием
(зимне –весенний период)

№ ре- цеп- туры	Наименование блюдов	Выход, г	Пищевые вещества				С
			Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	
1	2	3	4	5	6	7	12
	1 день						
	завтрак						
50	Икра кабачковая	60	1,20	5,40	5,10	73,20	4,20
10	Яйцо вареное	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
54- 2гн	Чай с сахаром	180	1,26	1,80	20,16	68,40	0,00
120	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,20	0,00
53- 19з	Масло сливочное	6	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		10,66	17,04	45,06	644,4	4,20
	2 завтрак						
100	Фрукты свежие	100	0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	ИТОГО:		0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	обед						
175	Борщ с фасолью со сметаной	200\7	5,67	5,46	26,17	167,89	8,25
22	Котлета из говядины	90	10,20	8,20	9,34	153,74	0,00
313	Гарнир-каша ячневая	140	3,15	1,20	22,05	112,50	5,55
54- 3соус	Соус красный	30	0,07	0,22	0,6	4,73	0,16
54- 4хн	Компот из свежих фруктов	180	0,90	0,00	21,06	84,60	3,60
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		23,99	15,68	109,9	671,86	17,56
	полдник						
9	Булочка сдобная	60	4,55	1,75	33,72	178,65	0,02
72	Молоко кипяченое	180	1,26	1,44	14,76	77,40	0,00
	ИТОГО:		5,81	3,19	48,48	256,05	0,02
	ВСЕГО за 1 день:		41,61	35,91	221,44	1641,31	23,13
	2 день						
	завтрак						
94	Суп молочный с геркулесом	200	4,05	5,00	12,21	103,74	0,65
54- 2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,20	0,00
42	Кондитерские изделия	35	2,80	2,76	24,57	135,85	0,00
	ИТОГО:		6,57	11,04	39,49	253,22	0,65
	2 завтрак						
76	Кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26

	напиток						
	Итого:		5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	обед						
	Соленый огурец	60	0,83	2,75	4,68	47,82	4,56
19	Суп харчо со сметаной	200	6,85	13,80	3,75	200,83	5,40
75	Жаркое по - домашнему	207	18,27	20,54	28,74	372,49	5,62
62	Компот из смеси сухофруктов	180	0,18	0,00	29,34	118,80	0,00
120	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,20	0,00
121	Хлеб ржаной	38	1,72	0,358	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		30,89	13,49	104,44	571,92	17,06
	полдник						
48	Запеканка из творога соус сметанный сладкий	120/30	23,76	5,67	19,17	226,80	0,45
66	Кофейный напиток с молоком	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
100	Фрукты свежие	110	0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	ИТОГО:		28,98	10,17	27,81	324	2,79
	ВСЕГО за 2 день:		71,66	46,87	221,54	1540,94	36,81
	3 день						
	завтрак						
50	Икра кабачковая или зеленый горошек	75	1,20	5,40	5,10	73,20	4,20
10	Яйцо вареное	1 шт	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
69	Какао с молоком	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
53-19з	Масло сливочное	6	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		26,68	26,19	31,14	464,62	9,50
	2 завтрак						
100	Фрукты свежие или печеные	110	0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	ИТОГО:		0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	обед						
81	Салат из квашеной капусты	60	0,83	2,75	4,68	47,82	4,56
89	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,82	5,69	14,71	136,16	10,90
54-12м	Плов с птицей	65/110	10,69	13,83	17,00	252,50	1,15
	Сок фруктовый	185	0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,358	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		21,44	22,81	90,83	692,05	21,52
	полдник						
94	Суп молочный с рисовой крупой	200	4,41	6,03	20,59	155,86	6,77
54-2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
	ИТОГО:		6,87	6,27	47,77	251,4	6,77
	ВСЕГО за 3 день:		62,99	62,09	197,26	1628,69	34,73
	4 день						
	завтрак						
54-3г	Макароны отварные с сыром	150	10,20	8,20	9,34	153,74	0,00
66	Кофейный напиток	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00

	с молоком						
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
42	Кондитерские изделия	35	2,80	2,76	24,57	135,85	0,00
	ИТОГО:		15,46	11,2	61,09	386,19	0,00
	2 завтрак						
76	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	ИТОГО:		5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	обед						
84	Салат из свеклы	60	0,66	0,06	2,10	12,22	9,00
77	Суп картофельный с мясом	200\23	5,82	5,69	14,71	136,16	10,90
54-11р	Тефтели рыбные в соусе	70\50	6,47	3,66	3,05	69,99	1,56
313	Гарнир-каша гречневая	150	4,53	4,93	21,97	153,20	0,00
	Сок фруктовый	180	0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		21,66	14,94	94,79	604,76	22,43
	полдник						
236	Суп молочный с пшеничной крупой	200	4,41	6,03	20,59	155,86	6,77
54-2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
	ИТОГО:		11,25	17,16	34,2	252,46	6,77
	ВСЕГО за 4 день:		53,59	47,8	197,28	1338,81	30,49
	5 день						
	завтрак						
94	Суп молочный с ячневой крупой	200	4,41	6,03	20,59	155,86	6,77
54-2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
53-19з	Масло сливочное	6	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		9,23	14,97	47,87	341,34	6,93
	2 завтрак						
	Сок фруктовый	180	0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
	Итого:		0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
	обед						
	Соленый помидор или огурец	60	0,66	0,06	2,10	12,22	9,00
91	Свекольник со сметаной	200\6	2,13	5,08	20,20	111,30	8,15
54-19м	Суфле печеночное	80	10,92	11,02	10,19	128,44	0,10
12	Картофельное пюре	150	3,62	3,95	17,58	122,56	0,00
54-3соус	Соус красный	30	0,07	0,22	0,6	4,73	0,16
54-4хн	Компот из свежих фруктов	180	0,18	0,00	29,34	118,80	0,00
120	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
121	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
	ИТОГО:		17,75	16,25	76,75	531,96	14,18
	полдник						
89	Ватрушка с творогом	80	5,82	5,69	14,76	136,16	10,90
66	Кофейный напиток с молоком	180	0,90	0,00	21,06	84,60	3,60

	ИТОГО:		5,45	1,75	54,78	263,25	3,62
	ВСЕГО за 5 день:		30,46	31,46	206,05	1204,35	27,39
	6 день						
	завтрак						
50	Икра кабачковая или салат из зеленого горошка	60	1,20	5,40	5,10	73,20	4,20
10	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
54- 2гн	Чай с сахаром	180	1,26	1,80	20,16	68,40	0,00
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
53- 19з	Масло сливочное	6	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		15,70	26,10	74,12	508,17	9,00
	2 завтрак						
	Сок фруктовый	185	0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
	Итого		0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
	обед						
	Соленый помидор или огурец	60	0,83	2,75	4,68	47,82	4,56
54-2с	Борщ с капустой картофелем со сметаной	200\7	3,64	4,88	18,70	154,32	5,75
29	Плов из говядины	60\150	21,71	16,55	15,02	296,00	1,10
54- 4хн	Компот из свежих фруктов	180	0,04	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	38	1,72	0,358	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		21,22	13,25	93,59	598,56	14,49
	полдник						
55	Суп молочный с макаронными изделиями	200	3,60	3,80	14,60	108,00	0,60
54- 2гн	Чай с сахаром	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
100	Фрукты свежие или печеные	110	0,15	0,00	18,00	69,00	1,35
	ИТОГО:		16,50	14,27	86,97	548,30	2,94
	ВСЕГО за 6 день:		53,57	53,62	272,68	1724,03	27,78
	7 день						
	завтрак						
94	Суп молочный с гречневой крупой	200	3,60	3,80	14,60	108,00	0,60
54- 2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
42	Кондитерские изделия	35	2,80	2,76	24,57	135,85	0,00
	ИТОГО:		8,86	6,80	66,35	340,45	0,60
	2 завтрак						
76	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	ИТОГО:		5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	обед						
54-2с	Суп с клецками	200	2,10	3,36	12,14	87,25	5,75
22	Биточек из говядины	85	8,98	2,68	5,84	83,00	1,83
98	Гарнир -капуста тушеная	150	4,58	5,01	20,52	145,50	25,74
62	Компот из смеси	180	0,90	0,00	21,06	84,60	3,60

	сухофруктов						
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	38	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		20,56	14,65	90,24	548,75	36,92
	полдник						
48	Запеканка творожная со сметанным сладким соусом	130/30	11,07	9,87	16,13	199,06	0,60
54- 2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
100	Свежие фрукты	110	0,16	0,00	19,30	75,85	1,44
	ИТОГО:		11,41	9,87	48,03	300,11	2,04
	ВСЕГО за 7 день:		46,05	35,82	211,82	1284,71	40,82
	8 день						
	завтрак						
54- 16к	Каша вязкая молочная «Дружба»	200	4,66	5,79	20,78	150,75	1,46
54- 2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
54-13	Сыр	18	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		7,18	10,95	48,02	292,15	1,46
	2 завтрак						
100	Фрукты свежие или печеные	120	0,16	0,00	19,30	73,85	1,44
	ИТОГО:		0,16	0,00	19,30	73,85	1,44
	обед						
	Соленый помидор или огурец	60	0,83	2,75	4,68	47,82	4,56
96	Суп картофельный с горохом с мясом или без мяса	200\12	8,58	21,30	26,70	375,00	13,8
642	Рагу из птицы	65\170	18,60	14,76	0,49	149,27	0,02
	Сок фруктовый	180	0,18	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		32,19	39,41	84,83	805,27	19,35
	полдник						
84	Салат из свеклы	60	0,94	1,84	4,93	40,04	2,69
54 1о	Омлет натуральный	90	8,46	12,8	2,13	158,00	0,20
120	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
69	Какао с молоком	180	1,26	1,44	14,76	77,40	0,00
	ИТОГО:		12,94	16,32	36,4	346,84	2,89
	ВСЕГО за 8 день:		52,47	66,68	188,55	1518,11	25,14
	9 день						
	завтрак						
94	Суп молочный с пшеничной крупой	200	4,77	6,26	16,24	133,50	0,65
54- 2гн	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	12,60	25,20	0,00
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
42	Кондитерские изделия	35	3,50	4,40	0,00	53,7	0,10
	ИТОГО:		10,73	10,9	43,42	283,8	0,75
	2 завтрак						
100	Свежие фрукты	112	0,16	0,00	19,30	75,85	1,44
	Итого		0,16	0,00	19,30	75,85	1,44
	обед						

	Соленый огурец	60	0,83	2,75	4,68	47,82	4,56
54-1-с	Щи со сметаной	200\7	2,13	5,08	20,20	111,30	8,15
138	Рыба по-польски	70	9,5	5,3	50,48	125,00	0,31
14	Гарнир-макароны отварные	140	3,1	6,0	19,7	145,8	10,9
62	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		19,6	19,73	148,02	663,1	24,89
	полдник						
236	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	130\25	17,81	12,15	26,88	287,65	0,69
54-2гн	Чай с сахаром	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
	ИТОГО:		23,03	16,65	35,52	384,85	3,03
	Всего за 9 день		53,52	47,28	246,26	1407,6	30,11
	10 день						
	завтрак						
94	Суп молочный с манной крупой	200	4,08	4,35	14,88	106,05	0,65
54-2гн	Чай с сахаром	180	3,17	3,35	22,94	106,68	1,18
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
54-1з	Сыр	15	0,06	4,92	0,06	44,8	0,00
	ИТОГО:		9,59	13,74	52,50	337,01	1,83
	2 завтрак						
76	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	ИТОГО:		5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
	обед						
118	Зеленый горошек	60	1,20	5,40	5,10	73,20	4,20
93	Рассольник ленинградский со сметаной	200\7	2,13	5,08	20,20	111,30	8,15
54-18м	Запеканка картофельная с печенью	180	19,346	12,39	35,48	331,5	0,44
355	Соус сметанный с томатом	30	0,07	0,22	0,6	4,73	0,16
54-4хн	Компот из свежих яблок	180	0,04	0,00	22,28	84,78	0,97
120	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40	0,00
121	Хлеб ржаной	37	1,72	0,36	16,10	77,00	0,00
	ИТОГО:		26,79	23,69	114,34	753,91	13,92
	полдник						
89	Пирожок с повидлом	80	5,82	5,69	14,76	136,16	10,90
72	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
	ИТОГО:		11,04	10,19	22,32	233,36	11,44
	ВСЕГО за 10 день:		54,44	54,88	220,93	1555,53	28,45

Примечание:

1. согласно п. 8.1.6 СанПиН 2.3\2.4.3590-20 блюда приготавливаются с использованием йодированной соли.
2. согласно п. 8.1.6 СанПиН 2.3\4.3590-20 в целях профилактики недостаточности витамина С в ДОУ проводится искусственная С-витаминизация готовых третьих блюд аскорбиновой кислотой. Препарат вводят в компоты, кисели и т.п. после их охлаждения до 15 °С (для компота) и 35 °С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

СРЕДНЕЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ НУТРИЕНТОВ

ЗАВТРАКИ

День	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергет. ценность ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	11,46	21,18	86,98	454,09	201,63	1,16	0,08	0,17	0,33
2	28,98	10,17	27,81	324,00	369,00	0,90	0,14	0,59	2,79
3	26,68	26,19	31,14	464,62	237,73	5,38	0,19	0,71	9,50
4	7,24	10,82	43,25	268,86	127,05	1,75	0,13	0,17	0,65
5	9,23	14,97	47,87	341,34	158,90	2,13	0,13	0,16	6,93
6	15,70	26,10	74,12	508,17	62,55	3,61	0,15	0,16	9,00
7	22,77	26,24	66,43	411,26	138,25	3,64	0,15	0,14	0,61
8	8,82	16,04	32,68	285,68	59,92	2,13	0,08	0,21	4,20
9	7,29	12,30	43,52	282,98	129,17	1,00	0,09	0,14	0,65
10	9,59	13,74	52,50	337,01	230,77	1,15	0,13	0,28	1,83
СРЕДНЕЕ	14,78	17,78	50,63	367,80	171,50	2,29	0,13	0,27	3,65

II ЗАВТРАКИ

День	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергет. ценность ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	0,16	0,00	19,30	73,85	8,03	0,60	0,01	0,02	1,44
2	10,62	10,23	56,35	367,10	234,20	0,78	0,15	0,34	1,26
3	5,22	4,50	7,56	97,20	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
4	5,22	4,50	7,20	95,40	216,00	0,18	0,07	0,31	1,26
5	0,16	0,00	19,30	73,85	8,03	0,60	0,01	0,02	1,44
6	0,15	0,00	18,00	69,00	7,50	0,15	0,01	0,02	1,35
7	5,22	4,50	7,56	97,20	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
8	0,16	0,00	19,30	73,85	8,03	0,60	0,01	0,02	1,44
9	0,90	0,00	21,06	84,60	14,40	0,36	0,02	0,02	3,60
10	5,22	4,50	7,20	95,40	216,00	0,18	0,07	0,31	1,26
СРЕДНЕЕ	3,30	2,82	18,28	112,75	115,86	0,38	0,04	0,15	1,41

ОБЕДЫ

День	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергет. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	23,62	21,01	103,15	691,13	132,99	6,27	0,45	0,27	23,85
2	20,22	13,49	104,44	571,92	154,05	4,90	0,34	0,24	17,06
3	21,44	22,81	90,83	692,05	76,72	4,96	0,30	0,25	21,52
4	18,60	20,42	94,33	654,18	178,51	6,21	0,24	0,22	32,23
5	17,75	16,25	76,75	531,96	114,27	3,12	0,25	0,15	14,18
6	21,22	13,25	93,59	598,56	80,22	4,95	0,31	0,26	14,49
7	20,95	14,68	92,88	582,10	179,15	4,72	0,26	0,22	20,98
8	27,56	29,90	92,83	702,73	133,83	8,66	0,30	0,28	16,02
9	19,82	18,15	91,49	602,36	76,23	4,83	0,30	0,24	27,07
10	21,76	18,81	103,25	651,24	66,51	6,14	0,34	0,24	11,75
СРЕДНЕЕ	21,29	18,88	94,35	627,82	119,25	5,48	0,31	0,24	19,91

УПЛОТНЕННЫЕ ПОЛДНИКИ

День	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергет. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	5,81	3,19	48,48	256,05	40,87	1,13	0,06	0,12	0,02
2	8,36	12,98	32,94	277,92	59,39	1,95	0,07	0,07	15,70
3	9,65	8,59	67,73	374,82	239,88	1,23	0,17	0,31	3,17
4	13,71	8,98	54,20	350,30	269,54	1,34	0,14	0,38	3,78
5	3,32	0,24	62,13	257,20	27,48	0,86	0,07	0,04	4,84
6	16,50	14,27	86,97	548,30	356,20	1,31	0,23	0,45	2,94
7	16,44	14,37	41,33	363,46	323,03	1,02	0,14	0,52	3,21
8	10,11	7,68	39,94	237,47	224,87	0,70	0,13	0,33	2,34
9	8,51	8,66	42,54	359,70	301,50	0,98	0,11	0,37	2,06
10	15,47	13,81	66,65	423,58	158,00	11,33	0,15	0,16	11,87
СРЕДНЕЕ	10,79	9,28	54,29	344,88	200,08	2,19	0,13	0,28	4,99

В среднем калорийность пищевого рациона распределена следующим образом:

Завтрак — 18-19,5%

II завтрак — 5-6,5 %

Обед — 32-35 %

Уплотненный полдник — 15-19,5%

СРЕДНЕЕ ЗА 10 ДНЕЙ

День	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергет. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	41,05	45,38	257,91	1475,12	383,52	9,16	0,60	0,58	25,64
2	68,18	46,87	221,54	1540,94	816,64	8,53	0,70	1,24	36,81
3	62,99	62,09	197,26	1628,69	777,53	11,75	0,70	1,50	34,73
4	44,77	44,72	198,98	1368,74	791,10	9,48	0,58	1,08	37,92
5	30,46	31,46	206,05	1204,35	308,68	6,71	0,46	0,37	27,39
6	53,57	53,62	272,68	1724,03	506,47	10,02	0,70	0,89	27,78
7	65,38	59,79	208,20	1454,02	863,63	9,56	0,59	1,11	25,34
8	46,65	53,62	184,75	1299,73	426,65	12,09	0,52	0,84	24,00
9	36,52	39,11	198,61	1329,64	521,30	7,17	0,52	0,77	33,38
10	52,04	50,86	229,60	1507,23	671,28	18,80	0,69	0,99	26,71
СРЕДНЕЕ	50,16	48,75	217,56	1453,25	606,68	10,33	0,61	0,94	29,97