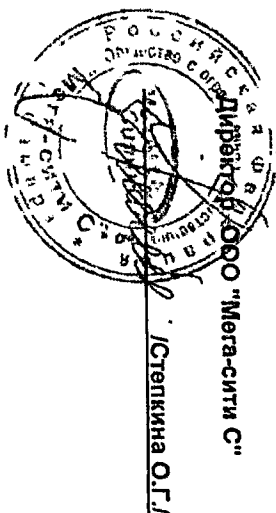


Утверждаю

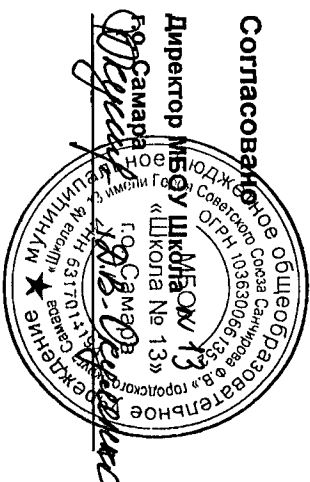
Директор ООО "Мега-сити С"



Истепкина О.Г.

Согласовано

Директор МБОУ Школа № 13



Примерное циклическое 12-дневное сбалансированное меню рациона горячего питания и пищевая ценность приготовляемых блюд

Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех
образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта принт, 2011. - 544
с. УДК 641.51:642.2:373 ББК 36.99. Утверждено ГУ НИИ питания РАМН РФ.

К СанПиН 2.3/2.4.3590-20												
N рецепт уры	Прием пищи, Наименование блюда	Выход блюда (масса порции)	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)					
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		
ПОНЕДЕЛЬНИК												
	завтрак:											
14	Масло сливочное	10гр.	0,10	7,20	0,13	65,72						
182	Каша жидкая молочная пшенная	150/10гр.	5,72	8,92	28,22	217,14	0,14	0,89	44,19	0,10		
379	Кофейный напиток с молоком	180гр.	2,85	2,41	14,35	90,54	0,01	0,01	18,00	28,93		
338	Фрукт яблоко	100гр.	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00		0,20		
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06					
	Всего в завтрак	520,00	15,51	19,57	93,10	616,14	0,24	10,90	102,19	29,23		
	обед:											
45	Салат из белокачанной капусты с морковью	60гр.	0,79	3,64	5,11	56,47	0,01	14,65		1,38		
102	Суп картофельный с бобовыми	200/3гр.	4,40	4,22	13,27	118,95	0,18	4,67				
291	Плов из филе птицы	37,5/150гр.	15,88	9,81	33,50	338,75	0,09	5,64	18,24	0,20		
349	Компот из смеси сухофруктов	200гр.	1,16	0,30	47,26	132,80	0,02	0,80				
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39		
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27		
	Итого в обед	710,5гр.	26,28	18,60	128,45	786,08	0,37	25,76	18,24	2,24		
	полдник:											
420	Сосиска в тесте	110гр.	9,60	13,84	26,90	271,00	0,14					
376	Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00		0,27		7,50	19,00	
	Всего в полдник	310гр.	10,13	13,84	36,37	311,00	0,14	0,27	7,50	19,00		
	Всего в день		51,92	52,01	257,92	1713,22	0,74	36,93	127,93	50,47		
ВТОРНИК												
	завтрак:											
73	Икра кабачковая порционно	50гр.	0,51	2,43	2,70	34,63	0,02	3,26				
243	Сосиска отварная с маслом	56/5гр.	6,77	18,97	0,33	200,08	0,09		20,00	0,59		
302	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	8,69	6,15	39,07	246,49	0,20					
377	Чай с лимоном	180/10гр.	0,47	0,00	8,93	37,63		1,92				
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06					

Всего в завтрак	528 гр.	22,88	28,19	91,63	717,17	0,37	5,18	20,00	1,79
обед:									
306 Зеленый горошек консервированный	60 гр.	1,86	0,12	3,90	24,12	0,02	3,87	5,60	
96 Рассольник ленинградский	200/3/10 гр.	1,63	4,12	9,70	94,20	0,07	6,78		
279 Тефтели из говядины с соусом	50/40 гр.	6,80	4,92	8,23	235,63	0,04	0,58	28,68	0,32
309 Макароны из деглиа отварные	150 гр.	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06			1,95
376 Чай с сахаром	200 гр.	0,53		9,47	40,00		0,27		
Хлеб пшеничный	1/30 гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
Хлеб ржаной	1/30 гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
Итого в обед	773 гр.	19,97	17,29	89,11	734,96	0,26	11,50	34,28	2,93
полдник:									
406 Коржик	100 гр.	6,50	27,10	52,52	501,00	0,12	0,67	6,00	21,20
352 Кисель	200 гр.	0,24	0,12	35,76	145,08	0,00	80,00		0,18
Всего в полдник	300 гр.	6,74	27,22	88,28	646,08	0,12	80,67	6,00	21,38
Всего в день		49,59	72,70	269,02	2098,21	0,75	97,35	60,28	26,10

Всего в завтрак	1055 гр.	10,78	19,20	2,04	284,00	0,08	0,20	251,00	
завтрак:									
210 Омлет натуральный	105/5 гр.	10,78	19,20	2,04	284,00	0,08	0,20	251,00	
204 Макароны из деглиа отварные с сыром	100/20/5 гр.	8,45	9,95	21,32	209,00	0,05	0,13	72,00	0,10
382 Какао с молоком	200 гр.	3,78	0,67	26,00	125,11	0,02	1,33		
Батон	2/35 гр.	6,44	0,64	40,60	188,34	0,06			
Итого завтрак	505 гр.	29,45	30,46	89,96	816,45	0,21	1,66	323,00	0,10
обед:									
52 Салат из свеклы отварной	60 гр.	0,85	3,61	4,95	55,68	0,01	3,99		
106 Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200/20/3 гр.	1,79	2,27	12,57	105,06	0,07	4,49	9,80	0,57
282 Оладьи из печени с соусом	50/50 гр.	9,34	11,28	4,66	164,00	0,13	47,63	3863,00	361,73
312 Пюре картофельное	150 гр.	3,08	2,33	19,13	149,73	1,16	3,75	33,15	0,15
348 Компот из кураги	180 гр.	1,17	0,07	40,21	103,32	0,02	0,90		0,90
Хлеб пшеничный	1/30 гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
Хлеб ржаной	1/30 гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
Итого в обед	773 гр.	20,28	20,19	110,83	716,90	1,46	60,76	4005,95	364,01
полдник:									
415 Пшошка Московская	120 гр.	8,50	15,77	66,89	444,00	0,12		18,00	
378 Чай с сахаром	200 гр.	0,53	0,00	9,47	40,00	0,03	0,30	135,00	
Всего в полдник	320 гр.	9,03	15,77	76,36	484,00	0,15	0,30	153,00	0,00
Всего в день		58,76	66,42	277,15	2017,35	1,82	62,72	4481,95	364,11

Четверг												
	Завтрак:											
223	Запеканка из творога со ступенным молоком	135/15гр.	20,02	15,14	38,35	370,43	0,03	0,28	39,56	0,00		
379	Кофейный напиток с молоком	180гр.	2,85	2,41	14,35	90,54	0,01	0,01	18,00			
338	Фрукт	100гр.	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00		0,20		
	Батон	2/40гр.	7,36	0,74	46,40	226,68	0,07					
	Итого в завтрак	510гр.	30,63	18,69	108,90	732,05	0,14	10,29	57,56	0,20		
	обед:											
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60гр.	0,51	3,13	4,72	49,14	0,03	4,17		1,50		
88	Ши из свежей капусты с картофелем	200/10/3гр.	1,43	4,00	6,39	72,68	0,04	12,78				
295	Котлета куриная с соусом	50/50гр.	8,04	9,07	9,50	172,00	0,06	0,53	26,30			
302	Каша распычатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86	0,20					
345	Компот из свежих ягод	180гр.	0,46	0,16	22,35	104,94	0,01	53,46		0,18		
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39		
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27		
	Итого в обед	763гр.	23,39	21,09	112,11	769,73	0,41	70,94	26,30	2,34		
	полдник:											
415	Пряник	100гр.	2,50	3,75	35,00	185,00	0,08	0,03	4,80			
386	Кисломологичный продукт кефир	200гр.	5,81	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00			
	Всего в полдник	300гр.	8,31	10,15	43,00	303,00	0,14	1,43	44,80	0,00		
	Всего в день		62,33	49,93	264,01	1804,78	0,68	82,66	128,66	2,54		

Пятница												
	Завтрак:											
14	Масло сливочное	10гр.	0,10	7,20	0,13	65,72			40,00	0,10		
15	Сыр порционн	20гр.	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10		
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.	2,59	12,03	17,77	189,81	0,30	1,44	85,02	0,38		
	Кондитер.изделие конфеты шokol.	30гр.	1,50	0,04	11,36	52,00		0,20				
376	Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00		0,27				
	Батон	2/40гр.	7,36	0,74	46,40	226,68	0,07					
	Итого в завтрак	500гр.	16,72	25,91	85,13	645,87	0,38	2,05	177,02	0,58		
	обед:											
73	Икра кабачковая порционн	60гр.	0,61	2,91	3,24	41,55	0,02	3,91		1,44		
103	Суп картоф. с макарон.изделиями	200/3гр.	2,15	2,27	14,00	128,90	0,10	6,61				
229	Рыба тушеная с овощами	50/50гр.	12,19	6,19	4,75	131,25	0,06	4,66	7,27	233,74		
304	Рис отварной	150/5гр.	3,67	5,42	36,67	210,11	0,03		27,00	0,60		
388	Напиток из плодов шиповника	180гр.	0,36	0,24	15,48	79,20	0,00	90,00				

	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
	Итого в обед	758гр.	23,03	17,66	103,45	730,12	0,28	105,18	34,27	236,44
	подник:									
426	Булочка Выборгская	100гр.	6,60	14,36	41,13	320,00	0,16	0,04		
389	Сок яблочный	200гр.	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00		0,20
	Всего в подник	300гр.	7,60	14,56	61,33	406,60	0,18	4,04	0,00	0,20
	Всего в день		47,35	58,13	249,91	1782,59	0,84	114,27	211,29	237,22

	Суббота									
	завтрак:									
209	Яйца вареные	45гр.	5,71	5,17	0,31	70,87	0,03		112,50	0,27
	Кисломолочный продукт Йогурт	100гр.	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	
401	Оладьи с повидлом	100/20гр.	8,18	8,10	50,32	307,05	0,16	0,44	19,41	0,12
383	Какао с молоком сгущенным	200гр.	3,67	2,60	25,08	138,40	0,03	0,38	9,50	0,20
	Батон	1/35гр.	3,22	0,32	20,30	99,17	0,03			
	Итого в завтрак	500гр.	25,91	18,07	103,39	682,37	0,29	1,57	153,91	0,59
	обед:									
70	Огулец натуральный соленый	60гр.	0,48	0,06	1,02	6,00	0,01	2,10		
102	Суп картофельный с фасолью	200/3гр.	4,44	4,22	13,27	118,95	0,18	4,67		
289	Рагу из птицы	37,5/160гр.	12,79	14,29	13,09	233,05	0,09	5,34		0,96
376	Чай с сахаром	180гр.	0,44		8,52	36,00		0,24		
	Хлеб пшеничный	2/30гр.	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06			0,78
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
	Итого в обед	730,5гр.	24,57	19,50	79,70	603,25	0,38	12,35	0,00	2,01
	подник:									
338	Фрукт яблоко	50гр.	0,20	0,20	4,90	22,20	0,01	5,00		0,10
2	Бутерброд с повидлом	55гр.	2,40	3,87	27,83	156,00	0,04	0,10	20,00	
376	Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00		0,27		
	Всего в подник	305гр.	3,13	4,07	42,20	218,20	0,05	5,37	20,00	0,10
	Всего в день		53,61	41,64	225,29	1503,82	0,71	19,29	173,91	2,70
	Итого за 1 неделю		323,55	340,83	1543,30	10919,97	5,53	410,22	5184,02	683,14

	2 НЕДЕЛЯ									
	Понедельник									
	завтрак:									
15	Сыр порционн	20гр.	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10

174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	150/10гр.	4,57	8,26	32,71	224,00	0,05	0,89	44,19	28,93
376	Чай с сахаром	180гр.	0,47		8,52	36,00		0,24		
338	Фрукт	100гр.	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00		0,20
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06			
	Итого в завтрак	530гр.	16,52	15,20	91,63	574,40	0,14	14,13	44,19	29,13
	обед:									
73	Икра кабачковая порционно	60гр.	0,61	2,91	3,24	41,55	0,02	3,91		1,44
82	Борщ с капустой и картофелем	200/10/3гр.	1,48	3,96	9,51	79,69	0,03	6,67		1,55
290	Птица тушенная в соусе	40/50гр.	10,38	10,49	3,15	149,40	0,03	0,30	27,08	0,28
309	Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06			1,95
349	Компот из смеси сухофруктов	180гр.	1,04	0,27	42,53	119,52	0,01	0,72		0,18
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
	Итого в обед	753гр.	22,66	25,76	116,24	731,17	0,22	11,60	27,08	6,06
	полдник:									
	Ветчина	30гр	6,78	6,27		84,00				
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06			
378	Чай с молоком	200гр.	2,31	10,02	15,00	159,00	0,03	0,30	135,00	
	Всего в полдник	300гр.	8,75	10,66	55,60	357,34	0,09	0,30	135,00	0,00
	Всего в день		47,93	51,62	263,47	1662,91	0,44	23,03	206,27	35,19

	Завтрак:									
14	Масло сливочное	10гр.	0,10	7,20	0,13	65,72			40,00	0,10
16	Кобаса вареная	50гр.	6,78	6,27	0,00	84,00			1,30	
309	Макаронные изделия отварные	150гр.	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06			1,95
	Кондитерское изделие печенье	30гр.	1,44	6,78	13,56	114,00				
380	Кофейный напиток с молоком	200гр.	2,94	1,99	20,92	113,00	0,02	0,38	10,00	
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06			
	Итого в завтрак	510гр.	22,80	30,38	103,71	776,96	0,14	0,88	51,30	2,05
	обед:									
52	Салат из свеклы отварной	60гр.	0,85	3,61	4,95	55,68	0,01	3,99		
110	Солонка со сметаной	200/3/10гр.	5,85	4,13	15,22	211,17	0,04	6,18	3,80	
301	Тфтели из птицы с соусом	50/40гр.	5,85	8,12	3,31	109,63	0,26	11,45		1,22
199	Пюре из гороха с маслом	150гр.	13,64	6,86	35,03	285,00	0,53		30,00	
376	Чай с сахаром	180гр.	0,44		8,52	36,00		0,24		
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27

Итого в обед	753гр.	30,68	23,35	96,34	836,59	0,91	24,86	33,80	4,88
подник:									
406 Кольцо песочное	100гр.	5,70	24,10	35,00	445,00	0,10	0,03	6,00	
352 Кисель	200гр.	0,24	0,12	35,76	145,08	0,00	80,00		0,18
Всего в подник	300гр.	5,94	24,22	70,76	590,08	0,10	80,03	6,00	0,18
Всего в день		59,42	77,95	270,81	2203,63	1,15	102,27	91,10	4,11

Среда									
завтрак:									
70 Огурец натуральный соленый	40гр.	0,32	0,04	0,68	4,00	0,01	1,40		
290 Филе птицы с овощами	37/50гр.	9,55	8,01	2,81	122,40	0,04	1,68	30,00	
302 Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86	0,20			
377 Чай с лимоном	180/10гр.	0,47	0,00	8,93	37,63		1,92		
Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06			
Итого в завтрак	537гр.	25,68	12,79	92,86	594,23	0,31	5,00	30,00	0,00
обед:									
67 Винегрет овощной	60гр.	0,97	3,72	5,34	82,72	0,06	7,80		1,77
101 Суп картофельный с крупной рисовой	200/3гр.	1,58	2,17	9,71	68,80	0,05	5,29		
268 Котлета мясная с соусом	50/50гр.	8,38	10,02	9,15	312,00	0,04	0,01	12,63	
321 Капуста тушеная	150гр.	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40		1,65
388 Напиток из плодов шиповника	180гр.	0,36	0,24	15,48	79,20	0,01	90,00		
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
Итого в обед	753гр.	19,69	28,78	102,20	940,07	0,29	135,50	12,63	4,08
подник:									
446 Кекс	100гр.	5,70	24,10	35,00	445,00	0,04		59,33	
378 Чай с сахаром	200гр.	0,53	0,00	9,47	40,00	0,03	0,30	135,00	
Всего в подник	300гр.	6,23	24,10	44,47	485,00	0,07	0,30	194,33	0,00
Всего в день		51,60	65,67	239,53	2019,30	0,67	140,80	236,96	4,08

Четверг									
завтрак:									
209 Яйца вареные	45гр.	5,71	5,17	0,31	70,87	0,03		112,50	0,27
15 Сыр порционн	20гр.	4,64	5,90		71,66	0,01	0,14	52,00	0,10
175 Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.	2,59	12,03	17,77	189,80	0,30	1,44	85,02	0,38
382 Какао с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11	0,02	1,33		
Батон	2/40гр.	7,36	0,74	46,40	226,68	0,07			

Итого в завтрак	505гр.	24,08	24,51	90,48	684,12	0,43	2,91	249,52	0,75
обед:									
306 Зеленый горошек консервированный	60гр.	1,86	0,12	3,90	24,12	0,02	3,87	5,60	
108 Суп картофельный с клецками	200/3гр.	2,85	3,68	15,08	115,74	0,06	3,69	13,51	
288 Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.	10,91	13,32	1,80	149,62	0,02		15,75	0,12
302 Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86	0,20			
345 Компот из свежих ягод	180гр.	0,46	0,16	22,35	104,94	0,01	52,56		0,18
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
Итого в обед	743гр.	29,03	22,01	112,28	765,39	0,38	60,12	34,86	0,96
полдник:									
415 Пышошка Московская	120гр.	8,50	15,77	66,89	444,00	0,12		18,00	
386 Кисломолочный продукт кефир	200гр.	5,81	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	
Всего в полдник	320гр.	14,31	22,17	74,89	562,00	0,18	1,40	58,00	0,00
Всего в день		67,42	68,69	277,65	2011,51	0,99	64,43	342,38	1,71

Итого в завтрак	507,5гр.	23,36	12,88	86,27	611,72	0,17	9,17	18,24	1,20
Итого в обед									
45 Салат из белокачанной капусты с морковью	60гр.	0,79	3,64	5,11	56,47	0,01	14,65		1,38
104 Суп картофельный с куринными фрикадельками	20/200/3гр.	1,79	2,27	12,57	111,09	0,00	7,23		
234 Котлета из минтая с соусом красным	50/40гр.	5,33	4,40	7,38	90,81	0,04	0,13	10,39	
312 Порре картофельное	150гр.	3,08	2,33	19,13	213,73	1,16	3,75	33,15	0,15
348 Компот из кураги	180гр.	1,17	0,07	40,21	103,32	0,02	0,90		0,90
Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
Итого в обед	763гр.	16,21	13,34	113,71	714,53	1,30	26,66	43,54	3,09
полдник:									
426 Булочка Выборгская	100гр.	6,60	14,36	41,13	320,00	0,16	0,04		
389 Сок яблочный	200гр.	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	4,00		0,20
Всего в полдник	300гр.	7,60	14,56	61,33	406,60	0,18	4,04	0,00	0,20
Всего в день		47,17	40,78	261,31	1732,85	1,65	39,87	61,78	4,49

Суббота													
	Завтрак:												
209	Яйца вареные	45гр.	5,71	5,17	0,31	70,87	0,03		112,50	0,27			
	Кисломолочный продукт йогурт	100гр.	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50				
401	Оладьи с повидлом	100/20гр.	8,19	8,10	50,32	307,05	0,16	0,44	19,41				
383	Какао с молоком густенным	200гр.	3,67	2,60	25,08	138,40	0,03	0,38	9,50	0,20			
	Батон	1/35гр.	3,22	0,32	20,30	99,17	0,03						
	Итого в завтрак	500гр.	25,91	18,07	103,39	682,37	0,29	1,57	153,91	0,47			
	обед:												
70	Огурец натуральный соленый	60гр.	0,48	0,06	1,02	6,00	0,01	2,10					
113	Суп-лапша домашняя	200/3гр.	2,06	4,44	9,32	92,87	0,08	0,32	8,02	0,24			
265	Азу из птицы	37,5/150гр.	12,36	12,66	19,51	241,50	0,04	0,96		3,11			
376	Чай с сахаром	180гр.	0,44		8,52	36,00		0,24					
	Хлеб пшеничный	2/30гр.	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06			0,78			
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27			
	Итого в обед	720,5гр.	21,76	18,09	82,17	585,62	0,23	3,62	8,02	4,40			
	полдник:												
338	Фрукт яблоко	60гр.	0,24	0,24	5,88	26,64	0,01	6,00		0,12			
1	Бутерброд с маслом сливочным	40гр.	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03		40,00				
376	Чай с сахаром	200гр.	0,53		9,47	40,00		0,27					
	Всего в полдник	300гр.	3,13	7,73	30,24	202,64	0,04	6,27	40,00	0,12			
	Всего в день		50,80	43,89	215,80	1470,63	0,55	11,46	201,93	4,99			
	Итого за 2 недели		324,33	348,59	1538,56	11100,83	5,44	381,86	1140,42	54,57			
	Итого за весь период		647,88	689,42	3071,85	22020,80	10,97	792,07	6324,44	737,71			
	Среднее значение за период		53,99	57,45	255,99	1835,07	0,91	66,01	527,04	61,48			