



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
О.И. Никифорова

Приказ № 131 от 30 августа 2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ОТ 2-Х ДО 7-МИ ЛЕТ В
МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ
«ЗЕЛЕНОДОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ПЕТРОПАВЛОВСКОГО РАЙОНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ, В СТРУКТУРНОМ
ПОДРАЗДЕЛЕНИИ «ДЕТСКИЙ САД «БЕРЕЗКА»**

Основное десятидневное меню

Рацион: сад

День: понедельник

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша овсяная, «Геркулес», молочная вязкая	150/200	6,45/8,6	9,6/12,8	25,58/34,1	214,28/285,7	131
	Кофейный напиток с молоком	165/180	3.2/3.5	2.84/3.1	9,17/10	75,17/82	37
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	11.9/15,1	12,665/16.2	49,53/63.8	359,8/461,5	
	Борщ со сметаной	165/200	3,88/4,7	4,58/6,1	8,33/10,1	94,30/114,3	20
	Гуляш из мяса говядины	60/70	7,73/9,02	6,11/7,13	1,97/2,3	93,75/109,38	46
	Каша гречневая рассыпчатая	120/130	3,6/3.9	5,12/5,55	17,52/18,98	210,40/227,93	76
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	0/0	16.32/17.8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		550/630	18.61/21.82	16.13/19.18	63.82/73.78	580,85/665,51	
Полдник	Бутерброд с повидлом	35/50	1.6/2.28	2.5/3.58	18.38/26.34	104.81/149.2	122
	Чай без сахара	165/200	0.17/0.2	-	0,08/0.1	1,16/1,4	103
Итого за полдник:		200/250	1,77/2,48	2,5/3,58	18,46/26,44	105,97/150,6	
Ужин	Суп картофельный на мясном бульоне	190/210	4,22/4,66	2,26/2,5	15,09/16,67	88,69/98,03	5а
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0,35/0,35	78,5/78,5	81
	Чай с сахаром	180/200	0.18/0.2	-	5.76/6.4	24.12/26.8	104
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за ужин:		400/450	13/14,21	8,24/8,55	35,98/43.3	261,66/297,13	
Итого за день:		1495/1750	45,28/53,61	39,54/47,51	167,79/207,32	1308,28/1574,74	

Рацион: сад

День: вторник

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Вермишель молочная	150/200	3,3/4,4	3,75/5	17,55/23.4	114/152	149
	Чай сладкий с молоком	165/180	2,57/2,81	2,67/2.92	14,6/15,93	90,16/98.35	106
	Бутерброд с сыром	30/40	3,15/4,2	4,6/6,1	9,7/12,9	93/124	119
Итого за завтрак:		345/420	9,02/11,41	11,02/14,02	41,85/52,23	297,16/374,35	
Обед	Свекольник со сметаной	165/200	3,48/4.22	5,36/6.5	11,36/13.77	119.63/145	25
	Котлета мясная	60/70	10,97/12,8	10,89/12,7	9,86/11,5	181,11/211,3	39-40
	Соус основной красный	30/40	0.98/1.3	0,83/1.1	2.7/3.6	21.9/29.2	163
	Каша ячневая рассыпчатая	120/130	12/13	1.8/1.95	78/84.5	372/403	156a
	Сок	165/180	0,83/0,9	0,17/0.23	16.24/22,14	70,49/96,13	115a
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		580/670	31,39/36,02	19,37/22,88	137,84/160.41	858,89/1001,83	
Полдник	Запеканка из творога с джемом	35/50	7,87/11,25	4,6/6,6	13,2/18,9	126,32/180,45	152
	Чай без сахара	165/200	0.17/0,2	-	0,08/0,1	1,16/1,4	103
Итого за полдник		200/250	8,04/11,45	4,6/6,6	13,38/19	127,48/181,85	
Ужин	Суп с клецками на мясном бульоне	190/210	4.16/4.6	2.99/3.3	10.31/11.4	103,11/113,88	27a
	Компот из сухофруктов	180/200	0.4/0.44	0	17,8/19,8	96,70/107,44	111
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за ужин:		400/450	6.81/8.04	3.22/3.6	42.89/50.9	270.16/315.12	
Итого за день:		1525/1790	55,26/66.92	38,21/47,1	235.96/282.54	1553.69/1873.15	

Рацион: сад

День:

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша кукурузная на молоке	150/200	2,4/3,2	7,73/10,3	32,93/43,9	225,45/300,6	138
	Кофейный напиток с молоком	165/180	3,2/3,5	2,84/3,1	9,17/10	75,17/82	37
	Бутерброд с сыром	30/40	3,15/4,2	4,6/6,1	9,7/12,9	93/124	119
Итого за завтрак:		345/420	8,75/10,9	15,17/19,5	51,8/66,8	393,62/506,6	
	Суп картофельный с горохом	165/200	5,53/6,7	3,80/4,6	13,45/16,3	109,81/133,1	12
	Рыба тушеная с овощами	60/70	6,56/7,65	3,06/3,57	1,54/1,8	60/70	89
	Соус сметанный	30/40	1/1,34	3,98/5,30	2,94/3,92	50,4/67,2	101a
	Картофельное пюре	120/130	2,49/2,7	4,8/5,2	15,78/17,1	116,68/126,4	54
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	0	16,32/17,8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3,8	0,32/0,4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
Итого за обед:		580/670	18,99/22,59	15,96/19,07	69,71/81,52	519,29/610,6	
Полдник	Бутерброд с повидлом	35/50	1,6/2,28	2,5/3,58	18,38/26,34	104,81/149,2	122
	Чай без сахара	165/200	0,17/0,2	-	0,08/0,1	1,16/1,4	103
Итого за полдник		200/250	1,7/2,48	2,5/3,58	18,46/26,44	105,97/150,6	
Ужин	Суп «Харчо» с мясом и сметаной	190/210	3,95/4,37	5,51/6,09	18,71/20,67	136,61/150,99	168
	Кисель	180/200	0,18/0,2	-	11,61/12,9	72/80	110
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0,35/0,35	78,5/78,5	81
	Хлеб пшеничный	30/40	2,25/3	0,225/0,3	19,68/24,6	93,76/117,2	116
Итого за ужин:		450/500	12,73/17,92	11,49/12,14	50,35/58,52	380,87/426,69	
Итого за день:		1575/1840	42,17/53,89	45,12/54,29	190,32/233,9	1400/1694,49	

Рацион: сад

День:

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	150/200	5,28/7.04	5.76/7.68	30.08/40.1	190.5/254.86	148
	Какао с молоком	165/180	3,85/4.2	3.58/3.9	10.18/11.1	88.37/96.4	109
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	11.38/14.24	9.57/11.88	55.04/70.9	349.22/445.06	
Обед	Суп фасолевый со сметаной	165/200	5,61/6,8	3,8/4,6	11,9/14,4	103,9/125.9	14
	Макаронник с мясом	180/200	20.96/23.29	22.66/25.18	37.59/41.76	349/488	68
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	-	16.32/17.8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		550/630	29,98/34,29	26,78/30.18	85,49/98,56	635,3/827,8	
Полдник	Бутерброд с сыром	35/50	1.89/2.7	1.05/1.5	7.49/10.7	46.41/66.3	119
	Чай с сахаром	165/200	0.17/0.2	-	5.28/6.4	22.11/26.8	104
Итого за полдник		200/250	2.06/2.9	1.05/1.5	12.77/17.1	68.52/93.1	
Ужин	Гренка молочная	190/210	17.54/19.38	25.43/28.11	62.7/69.3	542.88/599.47	169
	Чай с сахаром	180/200	0.18/0.2	0	5.76/6.4	24.12/26.8	104
Итого за ужин:		370/410	17.72/22.38	25.43/28.11	68.46/75.7	567/626.27	
Итого за день:		1465/1710	61,14/73.81	62.83/71. 67	221.76/262. 26	1620.04/1992.23	

Рацион: сад

День:

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная на молоке	150/200	4.66/6.21	5.60/7.47	18.22/26.09	144/192	133
	Кофейный напиток с молоком	165/180	3,2/3.5	2.84/3.1	9.17/10	75.17/82	37
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	10.11/ 12.71	8.67/10.87	42.17/55.79	289.52/367.8	
Обед	Щи со сметаной	165/200	3.8/4.6	5.03/6.1	4.70/5.7	79.28/96.1	17
	Котлета мясная	60/70	10.97/12.8	10.89/12.7	9.86/11.5	181.11/211.3	39-40
	Соус основной красный	30/40	0.98/1.3	0.83/1.1	2.7/3.6	21.9/29.2	163
	Горошница	120/130	5,04/5,46	2,8/3,03	15,04/16,29	136/147	69
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	0	16.32/17.8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		580/670	24,2/28,36	19.87/23.33	68.3/79.49	669/697.5	
Полдник	Молоко кипяченое	165/200	5.08/6.11	4.49/5.44	8.34/10.11	93.5/113.33	157
	Гренки из пшеничного хлеба	35/50	4.35/6.22	0.55/0.79	26.62/38.04	128.87/184.1	117
Итого за полдник:		200/250	9.43/12.33	5.04/6.23	34.96/48.15	222.37/297.43	
Ужин	Картофельное пюре с морковью	190/210	3,8/4.2	6.97/7.7	24.83/27.44	177.73/197.54	170
	Салат из белокочанной капусты	40/50	0.6/0.8	3.75/5	3.6/4.8	67,9/84,88	127
	Кисель	180/200	0.18/0.2	-	11.61/12.9	72/80	110
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	19,68/24,6	70,35/93,8	116
Итого за ужин:		440/500	6.83/8.2	10.95/13	59.72/69.74	387,98/456,22	
Итого за день:		1565/1840	50.57/61.6	44.53/53.43	205.15/253.17	1568.87/1816.97	

Рацион: сад

День:

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	6.23/8.3	8,7/11,6	28.13/37,5	216/288	139
	Какао напиток с молоком	165/180	3,85/4,2	3,58/3,9	10,18/11,1	88,37/96,4	109
	Бутерброд с сыром	30/40	3,15/4,2	4,6/6,1	9,7/12,9	93/124	119
Итого за завтрак:		345/420	13.23/16,7	16,88/21,6	48.01/61,5	397.37/508,4	
	Суп с макаронными изделиями	165/200	1,77/2.14	1.65/2	12.42/15.06	73.71/89.34	01
	Гуляш	60/70 30/40	9/10,5	11.4/13.4	3.7/4.32	247.2/288.4	171a
	Каша перловая рассыпчатая	120/130	2,79/3.02	5.15/5.58	24.6/26.7	146.59/158.80	1566
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	0	16.32/17.8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,8/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		580/670	16.92/19.86	18.52/21.38	76.72/88.48	649,94/750,44	
Полдник	Запеканка с творогом	35/50	6,14/8.77	4.22/6.25	6/8.58	86.5/123.5	151
	Чай без сахара	165/200	0.17/0.2	-	0.08/0.1	1.16/1.4	103
Итого за полдник:		200/250	6,31/8,97	4,22/6,25	6,08/8,68	87,66/124,9	
Ужин	Суп рыбный из консервы	190/210	4.79/5.29	1.32/1.46	-	114,65/126,71	29a
	Кисель	180/200	0.18/0.2	-	11.61/12.9	72/80	110
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0,35/0.35	78,5/78,5	81
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	19,68/24,6	70,35/93,8	116
Итого ужин:		450/500	13,57/14,84	7,30/7,51	31,64/37.85	335,5/379,01	
Итого за день:		1575/1840	50.03/60.37	46.92/56.74	162.45/196. 51	1470.47/1762.75	

Рацион: сад

День:

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150/200	5.18/6,9	5.18/6,9	25,05/33,4	167,63/223,5	141
	Кофейный напиток с молоком	165/180	3,2/3.5	2.84/3.1	9.17/10	75.17/82	37
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0.3	14.78/19.7	70.35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	10.63/ 13.4	8.25/10.3	49/63.1	313.15/399,3	
Обед	Суп гречневый на мясном бульоне	165/200	5.28/6.40	3.96/4.80	3.63/4.40	69.3/84	07
	Зразы рубленые с яйцом	60/70	7.39/7,5	9.37/8.9	8.53/9.95	147.43/145	171
	Соус основной красный	30/40	0.98/1.3	0.83/1.1	2.7/3.6	21.9/29.2	163
	Свекла тушеная в сметанном соусе	120/130	2,4/2,6	4.05/4.39	12.9/13.98	100.99/109.36	62
	Сок	165/180	0,83/0,9	0,17/0,18	16.23/17,71	70,49/76,9	115a
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,8/117,2	116
Итого за обед:		580/670	19.92/22.5	18.7/19.77	63.67/74.24	503.91/561.66	
Полдник	Бутерброд с сыром	35/50	1,89/2,7	1,05/1,5	7,49/10,7	46,41/66,2	119
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0,35/0,35	78,5/78,5	81
	Чай с сахаром	165/200	0,17/0,2	0	5,28/6,4	22,11/26,8	104
Итого за полдник		250/300	8.41/9.25	6.8/7.25	13.12/17.45	147.02/171.5	
Ужин	Макаронные изделия отварные с овощами	190/210	6.76/7.48	8.82/9.74	39.84/44.04	257.13/284.19	172
	Компот из сухофруктов	180/200	0,4/0,44	0	17,8/19,8	96,70/107,44	111
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	19,68/24,6	70,35/93,8	116
Итого за ужин:		400/450	9.19/10.68	9.05/10.04	65.28/ 75.04	424.18/485.43	
Итого за день:		1575/1840	48.15/55.83	42.8/47.36	191.07/229.83	1388.26/1617.89	

Рацион: сад

День:

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша вязкая молочная «Рябчик»	150/200	4.99/6.65	5.73/7.64	21.11/28.15	155/206.67	173
	Кофейный напиток с молоком	165/180	3,2/3.5	2.84/3.1	9.17/10	75.17/82	37
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	10.44/13.15	8.80/11.04	45.06/57.85	300.52/382.47	
Обед	Суп рыбный	165/200	4,16/5.04	1.15/1.39	-	99.56/120.68	29а
	Жаркое по домашнему	180/200	18.09/20.1	17.37/19.3	15.48/17.2	290.61/322.9	51
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	0	16.32/17.8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,8/117,2	116
	Овощная нарезка						
Итого за обед:		550/630	25,66/29.34	18.84/21.09	51.48/59.6	572.61/657.48	
Полдник	Манник	35/50	3/4,29	5,75/8,22	16,84/24,07	84,76/120,08	167
	Чай без сахара	165/200	0.17/0.2	-	0.08/0.1	1.16/1.4	103
Итого за полдник:		200/250	3.17/4.49	5,75/8,22	16.92/24.17	85.92/121.48	
Ужин	Рагу овощное	190/210	2,82/3,12	5,08/5,62	13,62/15.05	109,77/121.33	11
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0.35/0,35	78,5/78,5	81
	Чай с сахаром	180/200	0.18/0.2	-	5.76/6.4	24.12/26.8	104
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	19,68/24,6	70,35/93,8	116
Итого за ужин:		450/500	11.6/12.67	11.06/11.67	42.11/46.4	282.74/320.43	
Итого за день:		1545/1800	50.87/59.65	44.45/52.02	155.57/188.02	1241.79/1481.86	

Рацион: сад

День:

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша кукурузная молочная	150/200	2.4/3.2	7.73/10.3	32.93/43.9	225.45/300.6	138
	Какао с молоком	165/180	3.85/4.2	3.58/3.9	10.18/11.1	88.37/96.4	109
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за завтрак:		345/420	8.5/10.4	11.54/14.5	57.89/74.7	384.17/490.8	
Обед							
	Суп картофельный с фрикадельками	165/200	8,16/9,9	7,12/8,64	10.18/12.34	37.69/166.90	170а
	Плов	180/200	13,77/15,3	13.86/15.4	34,83/38,7	319,5/355	72
	Компот из сухофруктов	165/180	0,183/0.2	-	11,83/12,9	88,64/96,70	110
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3.8	0.32/0.4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
Итого за обед:		550/630	25.15/29.2	21.3/24.44	76.52/88.54	539.59/735.8	
Полдник							
	Бутерброд со сливочным маслом	35/50	3,4/4.29	5.75/8.22	16.84/24.07	84.76/120.08	167
	Чай без сахара	165/200	0.17/0.2	-	0,08/0.1	1,16/1,4	103
Итого за полдник:		200/250	3,57/4,49	5,75/8,22	16,92/24,43	85,92/121,48	
Ужин							
	Ленивые вареники	190/210	29.7/32.8	22.6/25	28.7/31.7	437/483	150
	Кисель	180/200	0,18/0.2	-	11.61/12.9	72/80	110
	Хлеб пшеничный	30/40	2.25/3	0.225/0,3	14,78/19,7	70,35/93.8	116
Итого за ужин:		400/450	32.13/36	22.83/25.3	55.09/64.3	579,35/577.6	
Итого за день:		1495/1750	69.35/80.09	61.42/72.46	208,12/251.97	1589.03/1925.68	

Рацион: сад

День:

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная на молоке	150/200	4,6/6,21	5,6/7,5	18,8/25,1	144/192	133
	Чай сладкий с молоком	165/180	2,57/2,81	2,67/2,92	14,6/15,93	90,16/98,35	106
	Хлеб пшеничный	30/40	2,25/3	0,225/0,3	14,78/19,7	70,35/93,8	116
Итого за завтрак:		345/420	9,42/12,02	8,50/10,72	48,18/60,73	304,51/384,15	
Обед							
	Суп перловый	165/200	0,87/1,05	1,19/1,45	8,24/9,99	45,11/54,68	8
	Тефтели мясо- крупяные	60/70	7,63/8,98	8,13/9,49	6,27/7,31	129/150,5	44
	Макароны отварные	120/130	4,2/4,6	3/3,3	27,2/29,5	150/162,5	65
	Соус основной красный	30/40	0,98/1,3	0,83/1,1	2,7/3,6	21,9/29,2	163
	Компот из сухофруктов	165/180	0,37/0,4	-	16,32/17,8	88,64/96,70	111
	Хлеб пшеничный	40/50	3,04/3,8	0,32/0,4	19,68/24,6	93,76/117,2	116
Итого за обед:		580/670	17,09/20,22	13,47/15,74	80,41/92,8	528,41/610,78	
Полдник							
	Бутерброд с сыром	35/50	3,4/4,29	5,75/8,22	16,84/24,07	84,76/120,08	119
	Яйцо отварное	50/50	6,35/6,35	5,75/5,75	0,35/0,35	78,5/78,5	81
	Чай с сахаром	165/200	0,17/0,2	-	0,08/0,1	22,11/26,8	104
Итого за полдник:		250/300	9,92/10,84	11,5/13,97	17,27/24,52	185,37/225,38	
	Омлет натуральный	190/210	16,76/18,52	32,26/35,66	3,21/3,55	371,22/410,3	78
	Кисель	180/200	0,18/0,2	-	11,61/12,9	72/80	110
	Хлеб пшеничный	30/40	2,25/3	0,225/0,3	14,78/19,7	70,35/93,8	116
Итого за ужин:		425/450	19,19/21,72	32,49/35,96	29,6/36,15	513,57/584,10	
Итого за день:		1600/1840	55,62/64,8	65,96/76,39	175,46/214,2	1531,86/1804,41	