

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Муниципальное учреждение

"Школьное питание"

Л.С. Павлова



СОГЛАСОВАНО:

Территориальный отдел управления

Роспотребнадзора по Костромской

области в Галичском районе

[Handwritten signature]

**Примерное десятидневное меню завтраков и обедов
на 2020-2021 учебный год**

Сезон: осенне - зимний

Возрастная группа с 7 до 11 лет

Меню разработано на основании Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для
питания школьников, Ред. Могильный М.П., Москва, ДеЛи принт, 2007

День 1
Неделя 1
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

Возрастная группа: с 7 до 11 лет	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
1	Бутерброд с маслом	10/20	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	8,40	22,50	4,20	0,35
20	Макароны отварные с сыром	150/20	11	6,8	38,3	249,1	0,18	0,32	0,1	224,22	191,1	41,86	1,32
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Итого:		16,25	14,59	77,15	495,24	0,24	0,59	40,10	253,12	261,83	67,69	4,13
ОБЕД													
20	Салат из свежих огурцов	100	0,67	6,09	1,81	64,65	0,03	6,65	0	16,15	28,62	13,3	0,48
119	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/15	6,00	2,60	13,80	102,60	0,15	1,00	0,00	82,50	327,50	47,50	2,25
254	Печень жареная с соусом	60/40	15,94	9,74	14,80	172,00	0,26	28,81	7,03	92,60	276,41	18,23	6,04
304	Рис отварной	180	4,40	6,48	33,59	252,12	0,02	0,00	27,00	2,61	61,50	19,00	0,52
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		34,55	26,18	117,87	852,51	0,53	37,11	34,04	267,46	791,23	142,31	10,33
Всего за день:			50,80	40,77	195,02	1347,75	0,77	37,70	74,14	520,58	1053,06	210,00	14,46

День 2
Неделя 1
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
3	Бутерброд с сыром	15/20	6,16	7,79	14,83	154	0,04	0,11	54,5	142	109,5	11,7	0,48
173	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	150/5	6,10	9,00	6,80	212,80	0,22	1,2	0,03	128,52	196,59	56,02	1,41
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,68	15,95	100,6	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Фрукт												
	Итого:		17,82	19,77	52,07	537,54	0,31	1,96	54,54	337,82	377,19	84,62	2,31
	ОБЕД												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,31	5,16	12,11	100,11	0,02	9,56	0,00	34,40	37,13	19,70	1,72
96	Рассольник с мясом	200/15	1,76	4,16	12,46	94,32	0,15	16,03	0	16,55	34,95	28	1,03
284	Запеканка картофельная с мясом и с соусом	170	16,77	18,81	20,84	315	0,26	5,18	10,14	50,02	290,6	109,09	3,93
ПТ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		24,60	28,93	93,28	732,17	0,50	34,77	10,14	128,17	428,88	202,07	10,43
	Всего за день:		42,42	48,70	145,35	1269,71	0,81	36,73	64,68	465,99	806,07	286,69	12,74

Дети 10

Неделя 1

Сезон: осенне-зимний

Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
6	Бутерброд с колбасой	15/20	5,3	8,26	14,82	155	0,09	0	0	11,2	59,9	9,2	0,77	
223	Запеканка творожная со ступеным молоком	150/15	6,52	15,96	40,95	396,90	0,09	1,12	60,10	240,00	246,00	37,60	0,94	
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
	Итого:		14,71	24,52	79,73	662,04	0,21	1,39	60,10	271,70	354,13	68,43	4,17	
ОБЕД														
45	Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,33	6,08	8,59	94,12	0,04	35,00	0,01	28,00	17,10	0,00	0,00	
106	Суп картофельный с рыбными консервами	200/15	2,00	4,64	9,04	90,40	0,06	11,14	3,60	32,58	87,00	21,92	1,01	
260	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	0,03	0,92	0,00	21,81	154,15	22,03	3,06	
302	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	8,9	4,1	9,84	231	0,28	0	0	14,82	203,85	135,75	4,56	
ПТ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62	
	Итого:		31,54	32,41	78,23	859,26	0,48	51,06	3,61	124,41	528,30	224,98	12,38	
	Всего за день:		46,25	56,93	157,96	1521,30	0,69	52,45	63,71	396,11	882,43	293,41	16,55	

День 4

Неделя 1

Сезон: осенне-зимний

Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК													
3	Бутерброд с сыром	15/20	6,16	7,79	14,83	154	0,04	0,11	54,5	142	109,5	11,7	0,48	
174	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/5	5,25	12,75	27,85	248,35	0,06	1,32	0,06	129,78	138,4	29,44	0,42	
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
	Фрукт													
	Итого:		17,55	21,51	83,17	597,49	0,15	2,08	54,57	339,08	319,00	58,04	1,32	
	ОБЕД													
59	Салат из моркови с яблоками	100	0,86	5,22	7,87	81,9	0,05	6,95	0	21,19	33,98	24	1,32	
82	Борщ из свеж. капусты с картофелем с мясом	200/15	1,46	3,92	9,40	78,72	0,05	10,30	0,00	34,45	53,03	26,20	1,18	
229	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,05	3,73	5,82	39,07	162,19	48,53	0,85	
312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,20	4,80	22,10	145,60	0,2	34,6	0,04	92,66	128,94	45,98	1,86	
ПТ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62	
	Итого:		20,03	19,69	91,04	633,96	0,42	59,58	5,86	214,57	444,34	189,99	8,96	
	Всего за день:		37,58	41,20	174,21	1231,45	0,57	61,66	60,43	553,65	763,34	248,03	10,28	

День 5
Неделя 1
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
1	Бутерброд с маслом	10/20	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	8,40	22,50	4,20	0,35
243	Сосиска отварная	80	8,03	22,62	0,36	238,00	0,13	0,00	29,00	26,00	102,00	18,00	1,20
312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,20	4,80	22,10	145,60	0,2	34,6	0,04	92,66	128,94	45,98	1,86
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Итого:		16,48	35,21	61,31	629,74	0,39	34,87	69,04	147,56	301,67	89,81	5,87
ОБЕД													
23	Салат из свежих помидоров с р/м	100	1,11	6,18	4,62	78,56	0,03	6,65	0	16,15	28,62	13,3	0,48
88	Щи из свежей капусты с мясом	200/15	1,42	3,92	4,91	60,56	0,15	1,00	0,00	82,50	327,50	47,50	2,25
268	Котлета мясная рубленая с соусом	80	8,27	10,02	8,79	131,00	0,04	0,18	12,50	28,56	99,71	29,47	1,45
304	Рис отварной	180	4,40	6,48	33,59	252,12	0,02	0,00	27,00	2,61	61,50	19,00	0,52
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
341	Фрукт мандарин	100	0,90	0,02	8,10	43,00	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	13,38	66	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		23,64	27,89	113,88	826,38	0,33	8,48	39,51	209,72	640,63	180,93	6,36
	Всего за день:		40,12	63,10	175,19	1456,12	0,72	43,35	108,55	357,28	942,30	270,74	12,23

День 6
Неделя 2
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
1	Бутерброд с маслом	10/20	2,36	7,49	14,89	136,00	0,03	0,00	40,00	8,40	22,50	4,20	0,35	
243	Сосиска отварная	80	8,03	22,62	0,36	238,00	0,13	0,00	29,00	26,00	102,00	18,00	1,20	
302	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	8,9	4,1	9,84	231	0,19	0	0,02	11,49	138,31	92,5	3,11	
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
	Итого:		22,18	34,51	49,05	715,14	0,38	0,27	69,02	66,39	311,04	136,33	7,12	
ОБЕД														
20	Салат из свежих огурцов	100	0,67	6,09	1,81	64,65	0,03	6,65	0	16,15	28,62	13,3	0,48	
119	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/15	6,90	2,60	13,80	102,60	0,15	1,00	0,00	82,50	327,50	47,50	2,25	
254	Печень жареная с соусом	60/40	15,94	9,74	14,80	172,00	0,26	28,81	7,03	92,60	276,41	18,23	6,04	
309	Макаронные отварные с маслом сливочным	150/5	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	30,00	239,00	17,00	5,00	
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,68	15,95	100,6	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62	
	Итого:		34,67	29,21	102,73	777,89	0,57	37,11	7,04	294,85	968,73	140,31	14,81	
	Всего за день:		56,85	63,72	151,78	1493,03	0,95	37,38	76,06	361,24	1279,77	276,64	21,93	

День 7
Неделя 2
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

Питательная группа: с 7 до 11 лет														
	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
3	Бутерброд с сыром	15/20	6,16	7,79	14,83	154	0,04	0,11	54,5	142	109,5	11,7	0,48	
174	Каша ячневая с молоком/масло сливочное	200/5	7,31	10,98	39,20	286,00	0,06	0,58	13,6	69,92	97,3	14,88	0,36	
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
	Фрукт													
	Итого:		19,61	19,74	94,52	635,14	0,15	1,34	68,11	279,22	277,90	43,48	1,26	
ОБЕД														
54	Салат свежий с яблоками	100	1,31	5,16	12,11	100,11	0,02	9,56	0,00	34,40	37,13	19,70	1,72	
96	Рассольник с мясом	200/15	1,76	4,16	12,46	94,32	0,15	16,03	0	16,55	34,95	28	1,03	
284	Запеканка картофельная с мясом и с соусом	170	16,77	18,81	20,84	315	0,26	5,18	10,14	50,02	290,6	109,09	3,93	
ПТ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33	
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62	
	Итого:		24,60	28,93	93,28	732,17	0,50	34,77	10,14	128,17	428,88	202,07	10,43	
	Всего за день:		44,21	48,67	187,80	1367,31	0,65	36,11	78,25	407,39	706,78	245,55	11,69	

День 8

День 8
Неделя 2
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
6	Бутерброд с колбасой	15/20	5,3	8,26	14,82	155	0,09	0	0	11,2	59,9	9,2	0,77
223	Запеканка творожная со стуженым молоком	150/15	6,52	15,96	40,95	396,90	0,09	1,12	60,10	240,00	246,00	37,60	0,94
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,68	15,95	100,6	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Итого:		17,38	27,20	86,21	722,64	0,23	1,77	60,11	318,50	377,00	63,70	2,13
	ОБЕД												
45	Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,33	6,08	8,59	94,12	0,04	35,00	0,01	28,00	17,10	0,00	0,00
106	Суп картофельный с рыбными консервами	200/15	2,00	4,64	9,04	90,40	0,06	11,14	3,60	32,58	87,00	21,92	1,01
260	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	0,03	0,92	0,00	21,81	154,15	22,03	3,06
302	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	150/5	8,9	4,1	9,84	231	0,28	0	0	14,82	203,85	135,75	4,56
ПТ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	86,6	0,02	4	0	14	14	8	2,8
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		31,54	32,41	78,23	859,26	0,48	51,06	3,61	124,41	528,30	224,98	12,38
	Всего за день:		48,92	59,61	164,44	1581,90	0,71	52,83	63,72	442,91	905,30	288,68	14,51

день 9
Неделя 2
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прим пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
3	Бутерброд с сыром	15/20	6,16	7,79	14,83	154	0,04	0,11	54,5	142	109,5	11,7	0,48
243	Сосиска отварная	80	8,03	22,62	0,36	238,00	0,13	0,00	29,00	26,00	102,00	18,00	1,20
302	Капша рассыпчатая рисовая с маслом сливочным	150/3	2,60	3,90	26,50	151,80	0,02	0	0,02	21,82	54,85	19,11	0,51
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Фрукт												
	Итого:		19,68	34,61	65,65	653,94	0,22	0,38	83,52	210,32	314,58	70,44	4,65
ОБЕД													
59	Салат из моркови с яблоками	100	0,86	5,22	7,87	81,9	0,05	6,95	0	21,19	33,98	24	1,32
82	Борщ из свеж. капусты с картофелем с мясом	200/15	1,46	3,92	9,40	78,72	0,05	10,30	0,00	34,45	53,03	26,20	1,18
229	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,05	3,73	5,82	39,07	162,19	48,53	0,85
312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,20	4,80	22,10	145,60	0,2	34,6	0,04	92,66	128,94	45,98	1,86
379	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,68	15,95	100,6	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ:	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	13,38	66,00	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		22,23	22,17	86,99	647,96	0,42	56,23	5,87	260,97	475,34	188,99	6,25
	Всего за день:		41,91	56,78	152,64	1301,90	0,64	56,61	89,39	471,29	789,92	259,43	10,90
День 10													

День 10
Неделя 2
Сезон: осенне-зимний
Возрастная группа: с 7 до 11 лет

	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
6	Бутерброд с колбасой	15/20	5,3	8,26	14,82	155	0,09	0	0	11,2	59,9	9,2	0,77
223	Запеканка творожная со стуженым молоком	150/15	6,52	15,96	40,95	396,90	0,09	1,12	60,10	240,00	246,00	37,60	0,94
376	Чай с сахаром	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	13,6	22,13	11,73	2,13
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
	Итого:		14,71	24,52	79,73	662,04	0,21	1,39	60,10	271,70	354,13	68,43	4,17
ОБЕД													
23	Салат из свежих помидоров с р/м	100	1,11	6,18	4,62	78,56	0,03	6,65	0	16,15	28,62	13,3	0,48
88	Щи из свежей капусты с мясом	200/15	1,42	3,92	4,91	60,56	0,15	1,00	0,00	82,50	327,50	47,50	2,25
268	Котлета мясная рубленая с соусом	80	8,27	10,02	8,79	131,00	0,04	0,18	12,50	28,56	99,71	29,47	1,45
312	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,20	4,80	22,10	145,60	0,2	34,6	0,04	92,66	128,94	45,98	1,86
382	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125	0,02	0,65	0,01	60,4	45	7	0,09
341	Фрукт мандарин	100	0,90	0,02	8,10	43,00	0,03	0	0	6,9	26,1	9,9	0,33
ПТ	Хлеб пшеничный	20	2,36	0,3	14,49	70,14	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
ПТ	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	13,38	66	0,02	0,00	0,00	6,30	26,10	27,38	0,62
	Итого:		22,44	26,21	102,39	719,86	0,51	43,08	12,55	299,77	708,07	207,91	7,70
	Всего за день:		37,15	50,73	182,12	1381,90	0,72	44,47	72,65	571,47	1062,20	276,34	11,87