

Утверждаю
Директор МАОУ
«СОШ № 91 г. Челябинска»
Д.А. Еременко



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ 4-х НЕДЕЛЬНОЕ ЗАВТРАКОВ
для обучающихся в возрастной группе с 7 лет до 11 лет
в Муниципальном автономном
общеобразовательном учреждении
«Средняя общеобразовательная
школа № 91 г. Челябинска»

Челябинск, 2022г.

Используемая литература:

- «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» 2007г. г. Москва «Хлебпродинформ»
- «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области» 2005 г. г. Челябинск
- Методические рекомендации № 0100/8604-07-34 «Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов питания детей 7-11 и 11-18 лет» (утв. ФС по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 24.08.2007г.)

Примечание

Согласно п. 9.3 СанПин 2.4.5.2409-08 блюда приготавливаются с использованием йодированной соли, а также в питании школьников используется хлеб пшеничный йодированный (поставки в общеобразовательные учреждения осуществляются два раза в неделю) согласно п.п.9.3 и 9.4. СанПин 2.4.5.2409-08 в целях профилактики недостаточности витамина С в школах проводится искусственная С-витаминизация готовых третьих блюд аскорбиновой кислотой. Препарат вводят в компоты, кисели и т.п. после их охлаждения до 15°C (для компота) и 35°C (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

1 день															
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак															
масло сливочное	10	0,01	7,25	0,14	66,2	0	0	44,4			3,22	3,9	0,11	0,03	
Сыр порциями	25	6,5	6,6	0,9	89,1	0	44,4	44,4	0		3,22	3,9	0,18	0,05	
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/10	3,94	5,02	22	158,64	0,06	1,38	36,72	0,12		133,54	46,5	15,5	0,47	
Чай с сахар./лимон.	200/7	0,06	0,007	15,221	61,09	0	2,8	0	0,01		3,31	1,54	0,84	0,09	
Батон	50	3,8	0,51	23,35	106,8	0,2	0	0	0		7,6	0	0	0,48	
энергетическая ценность завтрак		14,31	19,39	61,611	481,83	0,26	48,58	125,52	0,13		150,89	55,84	16,63	1,12	

2 день														
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Овощи порционные	60	0,48	0,06	2,04	8,4	0,02	6	0,04	0	13,8	25,2	8,4	0,36	
Тефтели в соусе	80/50	11,78	12,91	14,9	223	0,07	1,13	51	0	57,8	141,4	28,4	1,27	
Каша гречневая рассыпчатая	150	10,83	7,4	53,29	328,73	0,009	0	0,04	0	6,8	23,76	1,49	0,32	
Компот из сухофруктов	200	0,18	0,02	21,76	76	0,03	4,01	0,01	0	16,04	1,01	20,12	0,4	
Хлеб пшеничный	40	3,08	1,2	19,92	104,8	0	0	0	0	8	26	5,6	0,44	
энергетическая ценность завтрак		26,35	21,59	111,91	740,93	0,129	11,14	51,09	0	102,44	217,37	64,01	2,79	

3 День														
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Котлета, рубленная из птицы	80	9,7	13,92	7,89	196	0,04	0,26	64	0,3	56	105,9	15,4	0,03	
Картофельное пюре	120	2,62	4,1	16,2	104,9	0,09	14,9	11,6	1,04	24,2	43,9	17,1	0,7	
Капуста тушеная	50	1,2	1,82	5,51	42,66	0,08	10,4	10,4	0	7,25	39,46	14,52	0,57	
Какао с молоком	200	3,77	3,2	25,78	135	0,02	0	0,08	0	34	45	7	0	
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,51	23,35	106,8	0,2	0	0	0	7,6	0	0	0,48	
энергетическая ценность завтрак		21,09	23,55	78,73	585,36	0,43	25,56	86,08	1,34	129,05	234,26	54,02	1,78	

4 День															
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак															
Салат овощной	60	1,38	2,04	7,68	87,18	0,03	3,84	1,74	0,88	23,93	0,24	15,2	0,6		
Биточки	80	5,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0,39	19,2	127,2	16	1,44		
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0	0	16,7	0,7	9,3	38,1	6,8	0,03		
Сок	200	1	0	23,45	94,25	0,01	1,08	0	0	6,4	0	0	3,6		
Хлеб ржаной	40	3,04	0,41	18,68	85,44	0,08	0	0	0	11,5	16,5	43,5	0,38		
энергетическая ценность завтрак		14,88	20,93	85,54	614,52	0,12	1,08	16,7	1,09	46,4	181,8	66,3	5,45		

5 День														
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Суфле рыбное "Золотая рыбка"	80	10,9	9,36	7,66	158,4	3,8	21,84	11,7	2,32	8,8	13,52	8	4	
	180	3,56	12,67	29,88	246	7,32	8,88	0,396	21,96	1,5	8,256	6,48	5,76	
Рис отварной														
Чай с сахаром	200	0	0	15,18	52,02	0	0	0	0,45	0	0	0	0,04	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,41	18,68	85,44	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38	
энергетическая ценность завтрак		17,5	22,44	71,4	541,86	11,2	30,72	12,096	24,73	16,38	21,776	14,48	10,18	

6 День														
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак														
Масло сливочное	10	6,5	6,6	0,9	53,46	0	0	44,4	0	3,22	3,9	0,11	0,03	
Омлет натуральный	105/5	8,3	11,3	9	170,9	0,07	0,39	20	0	81,45	0,05	1,75	2,05	
Чай с сахаром	200	0,06	0,007	15,18	53,16	0,01	6,6	0,01	0	6,88	4,4	3,6	0,95	
Фрукты свежие	150	0,8	0	19,6	94	0,06	20	0	0	20	0	151,6	4,4	
Батон	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38	
энергетическая ценность завтрак		18,06	18,84	61,13	455,26	0,22	26,99	64,41	0	117,63	8,35	157,06	7,81	

7 день															
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак															
Салат овощной	60	0,9	0,06	6	25,2	1,08	2,4	0,12	0,18	0,96	2,88	3,48	2,64		
Биточки из свинины	80	20,2	19,1	6,3	276,4	0,136	1,024	0	0	19,68	20,808	155,75	1,86		
Картофельное пюре	150	3,2619	5,055	23,2815	150,73	0,12	21,514	16,633	0,15	36,263	63,047	24,502	0,99		
Кофейный напиток с молоком	200	2,22	1,79	26,26	118,42	0,03	0,65	0	0	64,28	90	14	0,39		
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38		
энергетическая ценность завтрак		28,982	26,93	78,2915	654,488	1,4505	25,588	16,753	0,3294	127,26	176,73	197,73	6,25		

8 День

8 день														
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)				минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак														
Салат овощной	60	1,86	3,11	10,85	73,74	0,02	19,47	0	0	22,42	16,57	9,1	0,31	
Птица тушеная в соусе	80/50	12,27	24,02	4,71	387,14	5,5	0	41	16	2,6	19	6,3	9,2	
Рис отварной	150	4,62	6,53	46,39	267,46	0,05	0	0,09	0	15,33	109,77	36,04	0,73	
Компот из свежих яблок и с/м ягод	200	0,22	0,14	28,65	102,05	0,01	46,5	0	0	1,44	0	0	0,6	
Хлеб ржаной	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38	
энергетическая ценность завтрак		21,37	31,62	96,2	840,39	5,64	46,5	41,09	16	25,45	128,77	42,34	10,91	

наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)				минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Затраки													
Запеканка из творога со стученным молоком	150/20	30,96	22,56	43,32	494,4	0,105	0,72	17,85	0,3	254,25	30,945	8,46	1,38
Чай с сахаром	200	0	0	15,18	52,02	0	0	0	0,45	0	0	0	0,04
Фрукты свежие	100	0,8	0	19,6	94	0,06	20	0	0	20	0	151,6	4,4
Батон	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38
энергетическая ценность завтрак		34,16	23,49	94,55	724,16	0,245	20,72	17,85	0,75	280,33	30,945	160,06	6,2

10 День

10 День															
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак															
Овощи свежие порционно	60	0,48	0,06	2,04	8,4	0,02	6	0,04		13,8	25,2	8,4	0,36		
Гуляш из свинины	50/50	16,66	12,58	4,99	201,24	2,7	1,4	0	16	1	15	3,7	9,4		
Макаронные изделия отварные	150	6,62	5,36	41,94	252,76	0	0	20,04	0,84	11,16	45,78	8,16	0,04		
Напиток из шиповника	200	0,68	0	24,26	89,8	0,5	12	8	1,9	0,7	0,2	0,5	1,2		
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38		
энергетическая ценность завтрак		26,84	18,93	89,68	635,94	3,3	19,4	28,08	18,74	32,74	86,18	20,76	11,38		

11 день														
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
масло сливочное	10	0,01	7,25	0,14	66,2	0	0	44,4		3,22	3,9	0,11	0,03	
Сыр порциями	25	6,5	6,6	0,9	89,1	0	44,4	44,4	0	3,22	3,9	0,18	0,05	
Каша пшеница молочная жидкая с маслом	200/10	3,94	5,02	22	158,64	0,06	1,38	36,72	0,12	133,54	46,5	15,5	0,47	
Чай с сахар./лимон.	200/7	0,06	0,007	15,221	61,09	0	2,8	0	0,01	3,31	1,54	0,84	0,09	
Батон	50	3,8	0,51	23,35	106,8	0,2	0	0	0	7,6	0	0	0,48	
энергетическая ценность завтрак		7,8	5,537	60,571	326,53	0,26	4,18	36,72	0,13	144,45	48,04	16,34	1,04	

12 День													
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)				минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак													
Котлета, рубленая из птицы	80	9,7	13,92	7,89	196	0,04	0,26	64	0,3	56	105,9	15,4	0,03
Картофельное пюре	120	2,62	4,1	16,2	104,9	0,09	14,9	11,6	1,04	24,2	43,9	17,1	0,7
Капуста тушёная	50	1,2	1,82	5,51	42,66	0,08	10,4	10,4		7,25	39,46	14,52	0,57
Какао с молоком	200	3,77	3,2	25,78	135	0,02	0	0,08		34	45	7	
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,51	23,35	106,8	0,2	0	0	0	7,6	0	0	0,48
энергетическая ценность завтрак		21,09	23,55	78,73	585,36	0,43	25,56	86,08	1,34	129,05	234,26	54,02	1,78

13 День														
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Овощи порционные	60	0,48	0,06	2,04	8,4	0,02	6	0,04	0	13,8	25,2	8,4	0,36	
Тефтели в соусе	80/50	11,78	12,91	14,9	223	0,07	1,13	51	0	57,8	141,4	28,4	1,27	
Рис отварной	150	9,03	6,17	44,41	273,9	0,0075	0	0,0333	0	5,67	19,8	1,24	0,27	
Компот из сухофруктов	200	0,18	0,02	21,76	76	0,03	4,01	0,01	0	16,04	1,01	20,12	0,4	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,41	18,68	85,44	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38	
энергетическая ценность завтрак		24,505	19,57	101,7883	666,78	0,2075	11,14	51,083	0	99,387	187,41	58,162	2,6767	

14 день															
наименование блюда	масса		пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции		белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак															
Салат овощной	60		1,38	2,04	7,68	87,18	0,03	3,84	1,74	0,88	23,93	0,24	15,2	0,6	
Котлета из свинины	80		5,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0,39	19,2	127,2	16	1,44	
Макаронные изделия отварные	150		5,52	4,52	26,45	168,45	0	0	16,7	0,7	9,3	38,1	6,8	0,03	
Сок	200		1	0	23,45	94,25	0,01	1,08	0	0	6,4	0	0	3,6	
Хлеб ржаной	40		3,04	0,41	18,68	85,44	0,08	0	0	0	11,5	16,5	43,5	0,38	
энергетическая ценность завтрак			14,88	20,93	85,54	614,52	0,12	1,08	16,7	1,09	46,4	181,8	66,3	5,45	

15 день														
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Рыбная палочка "Любительская"	80	10,952	9,36	7,66	194,04	3,76	21,84	11,68	2,32	8,8	13,52	8	4	
	180	3,93	6,09	28,05	181,60	0,15	25,92	20,04	0,18	43,69	75,96	29,52	1,19	
Картофельное пюре														
Чай с сахаром	200	1	0,2	20,2	92	0,01	1,8	0	0	6,4	3,6	0	0,18	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,41	18,68	85,44	0,08	0	0	0	11,5	16,5	43,5	0,38	
энергетическая ценность завтрак		18,922	16,06	74,59	553,08	4,00	49,56	31,72	2,50	70,39	109,58	81,02	5,75	

16 День																	
наименование блюда	масса		пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)							минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Завтрак																	
Масло сливочное	10	0,01	7,25	0,14	66,2	0	0	44,4		3,22	3,9	0,11	0,03				
Омлет натуральный	105/5	8,3	11,3	9	170,9	0,07	0,39	20	0	81,45	0,05	1,75	2,05				
Фрукты свежие	150	0,8	0	19,6	94	0,06	20	0	0	20	0	151,6	4,4				
Чай с сахаром	200	0,06	0,007	15,18	53,16	0,01	6,6	0,01	0	6,88	4,4	3,6	0,95				
Батон	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38				
энергетическая ценность завтрак		11,57	19,49	60,37	468	0,22	26,99	64,41	0	117,63	8,35	157,06	7,81				

17 день														
наименование блюда	масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Салат овощной	60	0,9	0,06	6	25,2	1,08	2,4	0,12	0,18	0,96	2,88	3,48	2,64	
Биточки из свинины	80	5,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0,39	19,2	127,2	16	1,44	
Картофельное пюре	150	3,2619	5,055	23,2815	150,73	0,12	21,514	16,633	0,15	36,263	63,047	24,502	0,99	
Кофейный напиток с молоком	200	2,22	1,79	26,26	118,42	0,03	0,65	0	0	64,28	90	14	0,39	
хлеб пшеничный	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38	
энергетическая ценность завтрак		14,102	23,83	88,95	557,29	1,3445	24,564	16,753	0,7194	126,78	283,13	57,982	5,84	

18 День															
наименование блюда	масса	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
	порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак															
Салат овощной	60	1,86	3,11	10,85	73,74	0,02	19,47	0	0	22,42	16,57	9,1	0,31		
Птица тушеная в соусе	80/50	12,27	24,02	4,71	387,14	5,5	0	41	16	2,6	19	6,3	9,2		
Рис отварной	150	4,62	6,53	46,39	267,46	0,05	0	0,09	0	15,33	109,77	36,04	0,73		
Компот из свежих яблок и с/м ягод	200	0,22	0,14	28,65	102,05	0,01	46,5	0	0	1,44	0	0	0,6		
Хлеб ржаной	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38		
энергетическая ценность завтрак		21,37	34,73	107,05	914,13	5,66	65,97	41,09	16	47,87	145,34	51,44	11,22		

19 день															
		масса	пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)			
		порции	белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
наименование блюда															
Затрап															
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	30,96	22,56	43,32	494,4	0,105	0,72	17,85	0,3	254,25	30,945	8,46	1,38		
Чай с сахаром	200	0	0	15,18	52,02	0	0	0	0,45	0	0	0	0,04		
Фрукты свежие	100	0,53	0	13,1	63	0,04	13,33	0	0	13,33	0	101,1	2,93		
Батон	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38		
энергетическая ценность завтрак		33,89	23,49	88,05	693,16	0,225	14,05	17,85	0,75	273,66	30,945	109,56	4,73		

20 День															
наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины(мл.)					минеральные вещества(мл.)				
		белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак															
Овощи свежие порционно	60	0,48	0,06	2,04	8,4	0,02	6	0,04			13,8	25,2	8,4	0,36	
Гуляш из свинины	50/50	16,66	12,58	4,99	201,24	2,7	1,4	0	16	1		15	3,7	9,4	
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0	0	16,7	0,7	9,3	38,1	6,8	0,03		
Напиток из шиповника	200	0,68	0	24,26	89,8	0,5	12	8	1,9	0,7	0,2	0,5	1,2		
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,93	16,45	83,74	0,08	0	0	0	6,08	0	0	0,38		
энергетическая ценность завтрак		25,74	18,09	74,19	551,63	3,3	19,4	24,74	18,6	30,88	78,5	19,4	11,37		

Среднее потребление пищевых нутриентов

Дни по меню	Пищевые вещества(г.)			энергетическая ценность, ккал.	Витамины(мл.)				Минеральные вещества(мл.)			
	белки г	жиры г	углеводы г		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	14,31	19,39	61,611	481,83	0,26	48,58	125,52	0,13	150,89	55,84	16,63	1,2
2	26,35	21,59	111,91	740,93	0,129	11,14	51,09	0	102,44	217,37	64,01	2,79
3	21,09	23,55	78,73	585,36	0,43	25,56	86,08	1,34	129,05	234,26	54,02	1,78
4	14,88	20,93	85,54	614,52	0,12	1,08	16,7	1,09	46,4	181,8	66,3	5,45
5	17,5	22,44	71,4	541,86	11,2	30,72	12,096	24,73	16,38	21,776	14,48	10,18
6	18,06	18,84	61,13	455,26	0,22	26,99	64,41	0	117,63	8,35	157,06	7,81
7	28,982	26,93	78,2915	654,488	1,4505	25,588	16,753	0,3294	127,263	176,735	197,73	6,2537
8	21,37	31,62	96,2	840,39	5,64	46,5	41,09	16	25,45	128,77	42,34	10,91
9	34,16	23,49	94,55	724,16	0,245	20,72	17,85	0,75	280,33	30,945	160,06	6,2
10	26,84	18,93	89,68	635,94	3,3	19,4	28,08	18,74	32,74	86,18	20,76	11,38
11	7,8	5,537	60,571	326,53	0,26	4,18	36,72	0,13	144,45	48,04	16,34	1,04
12	21,09	23,55	78,73	585,36	0,43	25,56	86,08	1,34	129,05	234,26	54,02	1,78
13	24,505	19,57	101,788	666,78	0,2075	11,14	51,083	0	99,387	187,41	58,162	2,6767
14	14,88	20,93	85,54	614,52	0,12	1,08	16,7	1,09	46,4	181,8	66,3	5,45
15	18,922	16,06	74,59	553,08	4	49,56	31,72	2,5	70,39	109,58	81,02	5,75
16	11,57	19,49	60,37	468	0,22	26,99	64,41	0	117,63	8,35	157,06	7,81
17	14,102	23,83	88,95	557,29	1,3445	24,564	16,753	0,7194	126,78	283,13	57,982	5,84
18	21,37	34,73	107,05	914,13	5,66	65,97	41,09	16	47,87	145,34	51,44	11,22
19	33,89	23,49	88,05	69,13	0,225	14,05	17,85	0,75	273,66	30,944	109,56	4,73
20	25,74	18,09	74,19	551,63	3,3	19,4	24,74	18,6	30,88	78,5	19,4	11,37
среднее	20,871	21,65	82,44	579,1	1,94	24,94	42,34	5,21	105,75	122,47	73,23	6,08