

ООО "Эллада"

Примерный рацион питания для детей с гипоаллергией (белок коровьева молока, рыба)

Согласовано:

Директор МОУ "СОШ №29" Сталевская Г.Г.

Утверждено:

Директор ООО "Эллада" Бекетова А.А.

Меню разработано на основе: Сборника рецептов и блюд ГОУ ВПО "Пермская государственная медицинская академия" 2008 г
 1 Неделя День 1 Понедельник возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг							
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
108/2008	Каша кукурузная на воде с растительным маслом	200/5	7,04	9,47	34,65	255,87	0,21	1,30	0,05	0,17	132,15	184,7	47,23	1,21				
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,2	0,15	0,02	0,80				
382/2008	Бутерброд с джемом б/м	40	1,72	0,18	24,94	111,2	0,03	0,48	0,02	0,26	8,85	28,8	8,88	0,80				
89/2008	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11	9,00	2,20				
	Итого завтрак:	540	9,16	10,05	69,99	412,07	0,27	11,78	0,08	0,63	157,3	224,70	65,26	4,23				
	ОБЕД:																	
45/2008	Суп картофельный с горохом	250	2,34	3,89	13,61	98,79	0,10	8,41	0,24	0,21	18,43	59,12	22,52	0,80				
200/2008	Тефтели мясные	100	12,85	14,60	8,74	217,83	0,09	2,16	0,05	0,51	135,50	182,50	29,25	1,61				
224/2008	Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,18	0,03	0	0,03	0,28	5,5	74,92	24,33	0,49				
таблица	Огурец св. порц	30	0,20	0,03	0,60	4,20	0,00	0,25	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,01				
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02	0,84				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
	Итого обед:	760	21,07	23,93	76,62	611,10	0,32	10,92	0,32	1,09	182,23	354,24	88,25	4,41				
	Итого за день:	1310	30,23	33,98	146,61	1023,17	0,59	22,70	0,40	1,72	339,53	578,94	153,5	8,64				

1 Неделя День 2

Вторник возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	ЗАВТРАК:																
220/2008	Каша геркулесовая на воде с растительным маслом	200	4,14	8,91	17,34	208,38	0,04	0,00	0,04	0,82	29,24	145,22	48,52	1,68			
294/2008	Чай с лимоном без сахара	210	0,07	0,00	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29			
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40			
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84			
139/2008	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	0,10	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00			
89/2008	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20			
	Итого завтрак:	600	13,19	14,42	51,43	453,00	0,24	12,90	0,15	1,61	99,99	291,46	83,26	6,41			
	ОБЕД:																
63/2008	Щи из св. капусты .	250	3,23	9,78	11,40	142,94	0,06	23,64	0,25	2,58	55,04	51,57	23,85	0,88			
212/2008	Птица отварная	70	17,82	14,62	0,34	209,68	0,07	0,97	0,13	0,56	19,45	169,80	19,45	1,65			
241/2008	Пюре картофельное без																
	молока с раст. маслом	150	1,88	3,90	20,74	128,47	0,10	4,16	0,02	0,14	9,99	53,03	19,38	0,77			
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02			
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84			
	ИТОГО ОБЕД:	720	24,73	28,63	45,88	546,19	0,33	28,87	0,40	3,37	106,68	312,10	74,83	4,16			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1320	37,92	43,05	97,31	999,19	0,57	41,77	0,55	4,98	206,67	603,56	158,1	10,57			

1 Неделя День 3

Среда возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность,	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг							
			белки	жиры		углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
222/2008	Каша пшеничная на воде с растительным маслом	200	6,57	6,42	39,13				0,34	0,00	0,04	0,34	23,46	184,74	64,80	2,12		
301/2008	Чай с лимоном без сахара	210	0,07	0,00	0,07				0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29		
	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94				0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40		
89/2008	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40				0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20		
	Итого Завтрак:	530	8,74	7,00	59,54				0,41	12,80	0,05	0,81	51,12	216,68	82,74	5,01		
	ОБЕД:																	
37/2008	Борщ из свежей капусты	250	1,93	6,34	10,05				0,03	8,75	0,21	2,36	47,05	46,21	19,77	0,87		
201/2008	Тефтели из говядины паровые	70	12,45	11,00	8,24				0,06	1,50	0,04	0,44	15,02	115,55	17,10	1,71		
227/2008	Макаронные отварные	150	5,52	5,29	35,32				0,09	0,00	0,03	0,99	13,09	55,70	20,68	1,15		
289/2008	Компот из шиповника б/с	200	0,68	0,00	6,01				0,01	130,00	0,09	0,34	6,05	1,60	1,60	0,31		
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4				0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84		
	ИТОГО ОБЕД:	700	22,38	22,96	73,02				0,29	140,35	0,37	4,22	103,11	256,56	71,15	4,88		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1230	31,12	29,96	132,56				0,70	153,15	0,42	5,03	154,23	473,24	153,9	15,36		

1 Неделя День 4

Четверг

возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг							
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
92/2008	Рагу из овощей	200	3,72	14,87	22,57	239,00	0,12	15,36	0,47	3,80	43,30	76,93	33,49	1,40				
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40				
89/2008	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
	ИТОГО ЗАВТРАК:	520	7,62	15,78	56,31	397,30	0,29	25,46	0,48	4,35	86,10	143,03	61,24	4,86				
	ОБЕД:																	
47/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09	0,12	1,14	0,05	0,39	215,68	181,45	33,51	0,69				
181/2008	Жаркое по-домашнему	200	20,49	15,75	20,12	303,71	0,18	9,27	0,02	0,60	25,01	231,84	43,09	3,61				
301/2008	Чай с лимоном без сахара	210	0,07	0,00	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
	ИТОГО ОБЕД:	700	25,19	18,94	55,35	616,18	0,40	13,31	0,07	1,09	268,84	454,33	90,94	5,43				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1200	32,81	34,72	111,66	1013,48	0,69	38,77	0,55	5,44	354,94	597,36	152,2	10,29				

1 Неделя День 5

Пятница

возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг							
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
104/2008	Каша гречневая вязкая на воде с растительным маслом	200	7,54	9,61	34,50	258,12	0,22	1,73	0,05	0,29	12,95	107,40	60,45	2,00				
294/2008	Чай с лимоном без сахара	200	0,07	0,01	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29				
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40				
таблица	Джем	20	0,00	0,00	12,20	48,80												
89/2008	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
	ИТОГО ЗАВТРАК:	540	9,71	10,20	67,11	423,60	0,29	14,53	0,06	0,76	39,80	139,34	78,39	4,89				
	ОБЕД:																	
16/2008	Салат из св. огурцов	60	0,60	6,00	1,80	62,40	0,03	5,46	0,01	2,70	12,54	23,04	7,62	0,36				
44/2008	Суп из овощей	250	1,93	5,86	12,59	115,24	0,09	14,91	0,24	0,23	7,79	60,28	22,63	0,81				
209/2008	Котлета куриная	90	11,02	12,45	7,52	186,00	0,07	1,22	0,08	0,62	16,26	128,22	17,78	1,43				
241/2008	Пюре картофельное без молока с раст. маслом	150	1,88	3,90	20,74	128,47	0,10	4,16	0,02	0,14	9,99	53,03	19,38	0,77				
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
	ИТОГО ОБЕД:	780	16,63	22,54	58,60	589,35	0,36	20,39	0,34	1,08	56,24	279,23	71,94	3,87				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1325	26,34	32,74	125,71	1012,95	0,65	34,92	0,40	1,84	96,04	418,57	150,3	8,76				

возрастная категория 7-11 лет

Понедельник

День 1

2 Неделя

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
109/2008	Каша геркулесовая на воде с растительным маслом	200	4,14	8,91	17,34	208,38	0,04	0,00	0,04	0,82	29,24	145,22	48,52	1,68				
294/2008	Чай с лимоном без сахара	200	0,07	0,01	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29				
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40				
89/2008	Яблоко	100	0,4	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
	ИТОГО ЗАВТРАК:	530	6,31	9,5	37,75	495,2	0,11	12,8	0,05	1,29	56,09	177,16	66,46	4,57				
	ОБЕД:																	
45/2008	Суп картофельный с горохом	250	2,34	3,89	13,61	98,79	0,10	8,41	0,24	0,21	18,43	59,12	22,52	0,80				
193/2008	Плов мясной	200	16,33	20,69	33,71	418,37	0,09	1,2	0,32	0,76	21,4	230,17	47,47	3,1				
таблица	Огурец св. порционный	60	0,4	0,05	1,25	7	0	0,5	0	0	1,15	0	0	0,03				
294/2008	Чай лимоном б/ сахара	200	0,07	0,01	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
	ИТОГО ОБЕД:	740	20,94	24,97	62,04	547,08	0,29	13,01	0,56	1,07	69,13	330,33	84,33	5,06				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1295	27,25	34,47	99,79	1042,28	0,4	25,81	0,61	2,36	125,22	507,49	150,8	9,63				

2 Неделя

День 2

Вторник возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг							
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
	ЗАВТРАК:																		
контр. прораб.	Греча по купечески	150	20,55	11,25	29,55	298,2	0,15	0,01	0,01	0,3	14,7	84,3	9,75	1,05					
таблица	Огурец свежий порционный	30	0,3	0	0,9	4,2	0,09	0	0,03	0,99	13,09	55,27	20,68	1,15					
299/2008	Чай с лимономб / сахара	200	0,07	0,01	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29					
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84					
89/2008	Яблоко	100	0,4	0,40	10,40	45,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20					
	ИТОГО ЗАВТРАК:	510	23,12	11,99	54,32	435,42	0,37	12,91	0,05	1,59	71,94	191,61	53,77	5,53					
	ОБЕД:																		
23/2008	Салат из свеклы с маслом	60	0,84	3,06	5,7	45,21	0,01	1,1	0	1,38	19,02	22,14	11,28	0,72					
42/2008	Рассольник ленинградский со сметаной	250	5,03	8,3	15,35	149,6	0,14	9,81	0,21	2,42	30,1	85,8	33,4	1,16					
209/2008	Биточек куриный	70	10,34	12,6	8,27	204,7	0,06	1,03	0,06	0,53	13,77	108,5	15,05	1,21					
227/2008	Макаронны отварные	150	5,52	5,29	35,32	214,00	0,09	0,00	0,03	0,99	13,09	55,70	20,68	1,15					
82/2008	Компот из яблок б/с	200	0,16	0	0	21,7	0,02	10	0,01	0,2	20,05	15,6	13,2	1,65					
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84					
	ИТОГО ОБЕД:	740	24,73	30,35	66,01	646,76	0,41	20,94	0,31	4,23	98,91	303,1	94,33	6,01					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1250	47,85	42,34	120,33	1082,18	0,78	33,85	0,36	5,82	170,85	494,71	148,1	11,54					

2 Неделя

День 3

Среда

возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
	ЗАВТРАК:																
112/2008	Каша пшенная на воде с растительным маслом	200	6,57	6,42	39,13	321,50	0,34	0,00	0,04	0,34	23,46	184,74	64,80	2,12			
294/2008	Чай с лимоном без сахара	200	0,07	0,01	0,07	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29			
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40			
139/2008	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	0,10	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00			
89/2008	Яблоко	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0,01	0,2	16	11	9	2,2			
	ИТОГО ЗАВТРАК:	560	13,82	11,61	59,82	456,02	0,44	12,8	0,15	1,05	72,31	293,48	87,54	6,01			
	ОБЕД:																
37/2008	Борщ из св. капусты	250	1,93	6,34	10,05	104,16	0,03	8,75	0,21	2,36	47,05	46,21	19,77	0,87			
189/2008	Котлета мясная	70	10,28	8,12	5,11	143,35	0,08	0	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15			
239/2008	Картофель отварной б/м	150	3,14	7,04	27,1	182,46	0,1	4,16	0,02	0,14	9,99	53,03	19,38	0,7			
283/2008	Компот из сухофруктов б/с	200	0,56	0	12,89	55,69	0,03	1,22	0,18	1,68	49,5	44,53	32,03	1,02			
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84			
	ИТОГО ОБЕД:	730	17,71	21,83	68,55	550,76	0,34	14,23	0,46	4,92	141,56	329,54	111,9	5,73			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1230	31,53	33,44	128,37	1006,78	0,78	27,03	0,61	5,97	213,87	623,02	199,4	11,74			

2 Неделя

День 4

Четверг возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	ЗАВТРАК:																
108/2008	Каша кукурузная на воде с растительным маслом	200/5	7,04	9,47	34,65	255,87	0,21	1,30	0,05	0,17	132,15	184,7	47,23	1,21			
139/2008	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	0,10	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00			
301/2008	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02			
таблица	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,94	48,80	0,04	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40			
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84			
89/2008	Яблоко	100	0,4	0,4	10,4	45	0,03	10	0,01	0,2	16	11	9	2,2			
	ИТОГО ЗАВТРАК:	595	16,02	14,98	68,67	477,57	0,41	11,4	0,16	1,3	197	327,6	79,8	5,67			
	ОБЕД:																
47/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09	0,12	1,14	0,05	0,39	215,68	181,45	33,51	0,69			
212/2008	Птица отварная	70	17,82	14,62	0,34	209,68	0,07	0,97	0,13	0,56	19,45	169,80	19,45	1,65			
224/2008	Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,18	0,03	0	0,03	0,28	5,5	74,92	24,33	0,49			
294/2008	Чай с лимоном без сахара	200	0,07	0,01	15,31	22,92	0,00	2,80	0,00	0,01	6,25	3,54	2,34	0,29			
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84			
	ИТОГО ОБЕД:	700	26,4	22,9	91,8	646,97	0,32	5,01	0,21	1,33	268,78	467,21	91,63	3,96			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1295	42,42	37,88	159,75	1124,54	0,73	16,41	0,37	2,63	465,78	794,81	171,4	9,63			

2 Неделя

День 5

Пятница

возрастная категория 7-11 лет

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность,	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг								
			белки	жиры		углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК:																	
209/2008	Котлета куриная	90	11,02	12,45	7,52	186,00	0,07	1,22	0,08	0,62	16,26	128,22	17,78	1,43				
241/2008	Пюре каргофельное без молока с раст. маслом	150	1,88	3,90	20,74	128,47	0,10	4,16	0,02	0,14	9,99	53,03	19,38	0,77				
301/2208	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02				
таблица	Хлеб ржаной	60	3,6	0,66	26,8	130,2	0,2	0,2	0,00	0,18	43,8	65,00	24,00	1,68				
	ИТОГО ЗАВТРАК:	500	16,5	17,01	55,06	444,67	0,37	5,58	0,1	0,94	70,35	246,45	61,31	3,9				
	ОБЕД:																	
63/2008	Щи из св. капусты	250	3,23	9,78	10,64	107,83	0,06	23,64	0,25	2,58	55,04	51,57	23,85	0,88				
180/2008	Гуляш	100	18,1	15,71	5,6	276,3	0,06	3,02	0,03	0,61	17,45	174	24,27	2,9				
227/2008	Макаронь отварные	150	5,52	5,29	35,32	214,00	0,09	0,00	0,03	0,99	13,09	55,70	20,68	1,15				
301/2208	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,20	0,15	0,02				
таблица	Хлеб ржаной	30	1,8	0,33	13,4	65,1	0,1	0,1	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84				
	ИТОГО ОБЕД:	730	28,65	32,25	64,94	663,27	0,31	26,76	0,31	4,27	107,78	318,97	80,95	5,79				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1230	45,15	49,04	120,00	1107,9	0,68	32,34	0,41	5,21	178,13	565,42	142,3	9,69				
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ		352,62	371,6	1242,39	10578,4	6,57	426,8	4,68	41	2564,5	5656,6	1580	105,9				