

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_ Ж.И. Божович



Согласованно

Начальник Одинцовского ТО

Управления Роспотребнадзора

№ Московской области

\_\_\_\_\_  
Н.Ю. Мозгалина



Примерное 10-и дневное меню для детей 11-18 лет посещающих школьное образовательное учреждение

АНО СОШ им И.П. Светловой

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Рацион: 11-18

Неделя: 1

Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
173	Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	250	8	5	46	260	0,28	3	40	1								
15	Сыр порционный (российский)	30	7	9		107	0,01		78			150						
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66			40			3						
414	Кофейный напиток эспрессо, обогащенный микроэлементами, на молоке	200	3	3	16	101	0,04	1	20			90						
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак1</b>																		
			23	25	100	709	0,41	4	178	1		243						
<b>Ланч</b>																		
166	Сок фруктовый	200	1		20	87	0,02	4										
194	Пирожок с рисом с яйцом	100	12	7	38	262	0,08		29									
<b>Итого за Ланч</b>																		
			13	7	58	349	0,1	4	29									
<b>Обед</b>																		
59	Салат из моркови с яблоками	100	1		9	40	0,05	6				44						
111	Суп с макаронными изделиями.	300	4	3	19	140	0,05	1				244						
288	Птица отварная.	120	26	16		342			24			172						
312	Пюре картофельное 200	200	4	3	25	183	0,2	33	44									
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
123	Компот из свежемороженых ягод	200			28	117		59										
<b>Итого за Обед</b>																		
			42	23	138	1055	0,45	99	68	1		524						
<b>Ужин</b>																		
223	Запеканка творожная с соусом абрикосовым (№377)	200	29	22	56	540	0,07		67									
411	Чай с сахаром	185/15	1		9	40												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>																		
			31	22	76	634	0,07		67									
<b>Итого за День</b>																		
			109	77	372	2747	1,03	107	342	2		767						

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)  
 Рацион: 11-18

Неделя: 1

Возраст: 11-18

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

№ рец.	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>Завтрак1</b>																
210	Омлет натуральный	180	17	30	3	347	0,12		389							
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08									
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66			40			3				
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37										
68	Творожок "Чудо"	100	4	4	19	131										
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54										
<b>Итого за Завтрак1</b>			26	42	69	756	0,2		429			3				
<b>Ланч</b>																
198	Печенье штучное	60	5	7	42	249	0,06		39	1						
202	Напиток Имунеле НЕО	100	3	1	13	73										
<b>Итого за Ланч</b>			8	8	55	322	0,06		39	1						
<b>Обед</b>																
72	Икра баклажанная (консервированная)	100	1	5	6	76					22	46	15	1		
99	Суп из овощей	300	2	6	11	114				3		104	43	2		
303	Тефтели мясные (1-й вариант)	160	12	13	15	223			51		58	141	28	1		
202	Макаронные изделия отварные	200	7	10	38	269	0,08			3		46				
417	Напиток из плодов шиповника	200			17	73	0,01	100								
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08									
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64				
<b>Итого за Обед</b>			29	35	144	988	0,24	100	51	7	80	401	86	4		
<b>Ужин</b>																
71	Отурец свежий	100	1		3	14					23	42	14	1		
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	13	6	5	133	0,05	6	6			191				
304	Рис отварной	200	5	7	49	280	0,03		36	1		82				
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64				
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37										
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54										
<b>Итого за Ужин</b>			23	13	107	630	0,15	6	42	2	23	379	14	1		
<b>Итого за День</b>			86	98	375	2696	0,65	106	561	10	103	783	100	5		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: 11-18

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
177	Каша пшенная с изюмом	200	7	4	38	221	0,19		5									
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
15	Сыр порционный (российский)	30	7	9		107	0,01		78			150						
382	Какао с молоком	200	4	4	18	119					133	111	26	2				
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак1</b>																		
<b>Ланч</b>																		
199	Печенье весовое	30	2	3	9	125												
56	Молоко "Чудо" в ассортименте	200	6	4	24	144												
<b>Итого за Ланч</b>																		
<b>Обед</b>																		
15	Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком	100	1	6	4	75												
102	Суп гороховый вегетарианский	300	7	6	20	178	0,14	1										
284	Запеканка картофельная с отварным мясом говядины с соусом №331	300/30	33	37	40	611	0,07	15	12									
156	Компот из с/м малины	200			13	52	0,01	13	1									
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
<b>Итого за Обед</b>																		
<b>Ужин</b>																		
294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	120/10	21	20	19	338					67	145	39	3				
321	Капуста тушеная.	100	2	3	9	75	0,04	22				60						
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
411	Чай с сахаром	185/15	1		9	40												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>																		
<b>Итого за день</b>																		
			107	98	339	2659	0,76	51	96	2	200	594	65	5				

АНО СОШ им. И.П. Светловой

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)  
 Рацион: 11-18

День: четверг  
 Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак<sup>1</sup></b>																		
174	Каша вязкая молочная кукурузная	200	6	10	40	273	0,08	1	50									
12,1	Джем ассорти порционный	20			14	58		15										
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37												
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак<sup>1</sup></b>																		
<b>Ланч</b>																		
1	Сок фруктовый 0,2	200	1		20	87	0,02	4										
193	Пирожок с капустой	100	7	5	42	236												
<b>Итого за Ланч</b>																		
<b>Обед</b>																		
158	Салат Винегрет овощной	100	2	6	9	98	0,1	13		3								
96	Рассольник ленинградский с крупой перловой	300	3	2	17	101	0,01	8	2	2								
250	Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	160	24	37	8	464	0,08	1	52		274							
8 001	Каша гречневая рассыпчатая.	200	12	5	2	325	0,27											
349	Комлот из смеси сухофруктов	200	1		47	196	0,02	1										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1	64							
<b>Итого за Обед</b>																		
<b>Ужин</b>																		
249	Пудинг из творога, запеченный	200/20	28	22	73	607	0,16	1	131									
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>																		
<b>Итого за День</b>																		
			97	89	396	2981	0,97	44	235	6			338					

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)  
 Рацион: 11-18

День: пятница  
 Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
157	Каша вязкая молочная из риса	200	6	11	43	294	0,04											
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66			40				3					
126	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	200	4	3	29	155												
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак1</b>																		
			15	22	110	690	0,12		40				3					
<b>Ланч</b>																		
11	Молоко 3,2% (0,2)	200	5	5	9	102	0,08	3	38									
198	Печенье штучное	30	3	3	21	124	0,03		20									
<b>Итого за Ланч</b>																		
			8	8	30	226	0,11	3	58									
<b>Обед</b>																		
20	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	1	6	2	65	0,03	7										
82	Борщ с капустой и картофелем	300	2	6	14	118	0,06	12										
261	Печень, тушеная в соусе	100/50	20	14	13	257	0,29	19	7860	2								
202	Макаронные изделия отварные	200	7	10	38	269	0,08			3		46						
123	Компот из свежемороженых ягод	200			28	117		59										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
<b>Итого за Обед</b>																		
			37	37	152	1059	0,61	97	7860	6		110						
<b>Ужин</b>																		
423	Пельмени мясные отварные	255	26	15	45	424	0,21		52									
180	Коктейль Даниссимо 0,2	200	7	5	26	170												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>																		
			34	20	82	648	0,21		52									
<b>Итого за день</b>																		
			94	87	374	2623	1,05	100	8010	6		113						

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)  
 Рацион: 11-18

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 11-18

№ рец.	Прим. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
175	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	200	3	7	19	147	0,32	2	57									
15	Сыр порционный (российский)	30	7	9		107	0,01		78			150						
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66			40			3						
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
382	Какао с молоком	200	4	4	18	119					133	111	26	2				
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
68	Творожок "Чудо"	100	4	4	19	131												
<b>Итого за Завтрак1</b>			23	32	94	745	0,41	2	175		133	264	26	2				
<b>Ланч</b>																		
166	Сок фруктовый	200	1		20	87	0,02	4										
35	Булочка "Крученка"	100	9	2	47	242	0,02		6									
<b>Итого за Ланч</b>			10	2	67	329	0,04	4	6									
<b>Обед</b>																		
36	Салат из свеклы с яблоками	100	1	5	12	100					34	37	20	2				
94	Суп-лапша домашняя	300	3	7	14	139	0,06	1										
161	Котлеты из говядины (безкостной)	120	18	59	35	375	0,09		49									
312	Пюре картофельное.	200	4	3	26	146	1,55	5	44									
417	Напиток из плодов шиповника	200			17	73	0,01	100										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржанно-пшеничный	60	3		30	112	0,07				1	64						
<b>Итого за Обед</b>			33	75	161	1066	1,86	106	93	1	34	101	20	2				
<b>Ужин</b>																		
234	Биточки рыбные, запеченые	80	11	4	8	104	0,07		10									
315	Овощи отварные с маслом сливочным	200	6	7	36	256		9	82									
142	Хлеб ржанно-пшеничный	60	3		30	112	0,07				1	64						
411	Чай с сахаром	185/15	1		9	40												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>			22	11	94	566	0,14	9	92	1		64						
<b>Итого за День</b>			88	120	416	2706	2,45	121	366	2	167	429	46	4				

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)  
 Рацион: 11-18

Дни: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
<b>Завтрак1</b>																			
153	Яйцо вареное	40	5	5		63	0,03												
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08												
243	Сосиски отварные	100	9	15	1	161					19	99	11	1					
72	Икра баклажанная (консервированная)	50	1	2	3	38					11	23	7						
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37													
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54													
800	Творожок Даниссимо	125	5	7	18	156													
<b>Итого за Завтрак1</b>																			
			25	30	69	630	0,11				30	122	18	1					
<b>Ланч</b>																			
198	Печенье штучное	30	3	3	21	124	0,03		20										
90	Напиток Актимель	90	3	3	12	79													
<b>Итого за Ланч</b>																			
			6	6	33	203	0,03		20										
<b>Обед</b>																			
18	Салат из свежих овощей и яблок с растительным маслом	100	1	5	5	72	0,04	13											
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300	2	3	16	112	0,13	12											
294	Котлеты рубленые из птицы (цыпленка), запеченные с соусом	120	18	16	16	343			24										
202	Макаронные изделия отварные	200	7	10	38	269	0,08			3		46							
349	Компот из смеси сухофруктов	200	1		47	196	0,02	1											
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08												
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64							
<b>Итого за Обед</b>																			
			36	35	179	1225	0,42	26	24	4		110							
<b>Ужин</b>																			
279	Тефтели мясо-крупяные	150	10	11	13	194	0,05	1	31										
71	Огурец свежий	100	1		3	14					23	42	14	1					
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64							
185	Коктейль "Смешарки"	200	10	6	11	126	0,08	1											
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54													
<b>Итого за Ужин</b>																			
			25	17	68	500	0,2	2	31	1	23	106	14	1					
<b>Итого за День</b>																			
			92	88	349	2558	0,76	28	75	5	53	338	32	2					



Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)  
 Рацион: 11-18

День: среда  
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
174	Каша вязкая молочная кукурузная	250	7	13	49	341	0,1	1	62									
12.1	Джем ассорти порционный	20			14	58		15										
199	Печенье весовое	50	4	5	15	209			40			3						
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66												
126	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	200	4	3	29	155												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак1</b>																		
Ланч																		
95	Коктейль "Фруто Няня"	200	6	6	20	152												
77	Зефир	50			40	163					3	1	1					
<b>Итого за Ланч</b>																		
Обед																		
20	Салат из огурцов с растительным маслом	100	1	6	2	65	0,03	7		3								
73	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2	6	10	102	0,07	22										
259	Жаркое по-домашнему	350	33	37	28	574	0,62	43										
10 004	Компот из с/м смородины черной	200	1		25	103	0,02	59										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
<b>Итого за Обед</b>																		
Ужин																		
249	Пудинг из творога, запеченный	200/20	28	22	73	607	0,16	1	131									
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54	0,16	1	131									
<b>Итого за Ужин</b>																		
<b>Итого за день</b>																		
			95	106	393	2973	1,15	148	233	4	3	68	1					

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)  
 Рацион: 11-18

День: четверг  
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
177	Каша пшенная с изюмом	250	9	5	48	276	0,24		6									
15	Сыр порционный (российский)	30	7	9		107	0,01		78			150						
14	Масло сливочное порционное 82,5%	10		7		66			40			3						
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
411	Чай с сахаром	185/15	1		9	40												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Завтрак1</b>						664	0,33		124			153						
<b>Ланч</b>																		
166	Сок Фруктовый	200	1		20	87	0,02	4										
79	Пряники заварные	50	3	2	38	183												
<b>Итого за Ланч</b>						270	0,02	4										
<b>Обед</b>																		
45	Салат из капусты белокачанной с растительным маслом	100	1	6	9	94	0,02	24		2								
102	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	300	6	6	23	178	0,18	7										
443	Плов с мясом	300	33	34	52	644	0,18	9										
390	Компот из с/м вишни	200			18	55	0,01	3										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
<b>Итого за Обед</b>						1204	0,54	43		3		64						
<b>Ужин</b>																		
327	Суфле куриное (филе)	120	21	11	4	192	0,06		59									
310	Картофель отварной (с маслом)	200	4	1	32	150	0,2	29										
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37												
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>						545	0,33	29	59	1		64						
<b>Итого за день</b>						2683	1,22	76	183	4		281						

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)  
 Рацион: 11-18

День: пятница  
 Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)  
 Возраст: 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>Завтрак1</b>																		
244	Вареники ленивые (отварные)	200	28	21	29	415	0,11		133									
377	Чай сладкий с лимоном	180/15/7			9	37												
12,1	Джем ассорти порционный	20			14	58		15										
800	Творожок Даниссимо	125	5	7	18	156												
31	Фрукт свежий	100																
<b>Итого за Завтрак1</b>																		
			33	28	70	666	0,11	15	133									
<b>Ланч</b>																		
11	Молоко 3,2% (0,2)	200	5	5	9	102	0,08	3	38									
198	Печенье штучное	30	3	3	21	124	0,03		20									
<b>Итого за Ланч</b>																		
			8	8	30	226	0,11	3	58									
<b>Обед</b>																		
23	Салат из помидоров с растительным маслом	100	1	6	3	73	0,04	22										
82	Борщ с капустой и картофелем	300	2	6	14	118		12		3								
293	Гуляш из отварного мяса (говядина)	160	21	16	5	250					37	164	35	2				
8 001	Каша гречневая рассыпчатая.	200	12	5	2	325	0,27											
141	Компот из с/м клубники	200			9	35		20										
1	Хлеб пшеничный	50	4	1	27	121	0,08											
142	Хлеб ржано-пшеничный	60	3		30	112	0,07			1		64						
<b>Итого за Обед</b>																		
			43	34	90	1034	0,46	54		4	37	228	35	2				
<b>Ужин</b>																		
174	Пицца школьная 2 вариант	100	10	16	28	299	0,12		34									
386	Раженка	200	6	5	8	102					248	184	28					
48	Фрукты по сезону	100	1		11	54												
<b>Итого за Ужин</b>																		
			17	21	47	455	0,12		34		248	184	28					
<b>Итого за день</b>																		
			101	91	237	2381	0,8	72	225	4	285	412	63	2				

Итого за период	971	937	3649	27007	10,84	853	10326	45	811	4123	307	18
Среднее значение за период	97,1	93,7	364,9	2700,7	1,1	85,3	1032,6	4,5	81,1	412,3	30,7	1,8

Составил \_\_\_\_\_ Вишнякова Е.В. М.П. Утвердил \_\_\_\_\_