

МАУ «ЦЕНТР ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»



СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
5-11 КЛАССОВ  
ЛИЦЕЯ-ИНТЕРНАТА №1**

СЕЗОН ОСЕНЬ 2021г.

**Примерное меню обучающихся 5-11кл.1 день**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe
24.94	Помидоры свежие	.070	0.77	0.14	2.66	17	0	0.04	0.03	0.35	17.5	5.6	203	9.8	14	0.63
210.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	.150/5	17.92	29.42	2.55	333	363	0.12	0.55	0.4	0.32	778	209	262	21.82	2.75
692.04	Кофейный напиток с молоком	.200	2.35	1.8	23.59	119	0.01	0.02	0.07	0.05	0.65	25.15	73	60.45	7	0.09
3.17	Бутерброд с сыром	.15/20	4.97	4.51	9.72	102	0.06	0.03	0.05	0.2	0.24	222.8	36	154	10.3	0.38
0	Хлеб ржаной	.032.5	2.14	0.36	13.32	65	0	0.04	0.01	0.52	0	0	0	6.5	4.55	0.36
<b>Итого:</b>			28.15	36.23	51.84	636.00	99.99	0.25	0.71	1.52	18.71	1031.55	521.00	492.75	57.67	4.21

**Завтрак**

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1штг	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<b>Итого:</b>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

**Обед**

45.17	Салат из белокочанной капусты	.070	1.18	3.57	6.56	62	0	0.02	0.02	0.46	25.19	35.78	14.01	28.75	11.51	0.39
101.17	Суп картофель.с гречневой крупой и мясом	.250/10	5.94	3.7	19.44	134	0.01	0.16	0.11	2.19	16.5	325.23	554.07	19.44	46.38	1.78
256.17	Мясо тушеное	.50/40	17.24	8.49	10.5	186	0.04	0.08	0.16	3.46	1.3	123	292.22	9.24	21.57	1.46
309.17	Макаронные изделия отварные	.160	6.01	5.33	38.39	226	33.04	0.09	0.03	0.65	0	427.83	67.85	15.06	8.96	0.91
701.04	Напиток яблочный	.200	0.66	0	22.41	91	0.01	0.01	0	0.07	4.12	6.7	69.5	4.6	2.25	0.61
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			38.52	23.40	145.55	945.00	33.10	0.47	0.35	8.24	47.11	1118.14	1034.85	98.09	105.37	6.30

**Полдник**

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1штг	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<b>Итого:</b>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

**Ужин**

24.94	Огурцы свежие	.070	0.49	0.07	1.33	8	0	0.02	0.01	0.14	4.9	4.9	98.7	11.9	9.8	0.35
294.17	Биточки из цыпленка	.070	16.61	6.1	23.15	226	0	0.03	0.01	0.26	0	203.4	24.55	4.75	4.81	0.36
143.17	Рагу овощное	.160	7.44	12.32	29.6	259	63.14	0.13	0.09	1.39	30.72	221.93	391.39	39.88	34.25	1.15
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			32.99	21.33	124.14	837.00	63.64	0.33	0.17	3.64	47.72	661.95	576.64	101.98	78.76	6.50
<b>Всего:</b>			109.03	93.18	408.53	2912.00	502.61	1.18	1.56	15.04	99.99	3094.03	2728.60	984.27	293.33	40.99

**Примерное меню обучающихся 5-11кл.2 день**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

**Завтрак**

182.17	Каша молочная жидкая пшенная	.200/10	7.26	12.26	36.62	288	59.04	0.2	0.16	0.7	1.09	151.28	208.56	113.97	45.06	1.21
16.17	Карбонат в/к	.030	6.39	2.49	0	50	0.06	8.4	3	0	0	1.08	4.2	0	1.8	0.87
382.17	Какао с молоком	.200	4.28	3.8	20.07	134	0.03	0.04	0.15	0.1	1.3	50.15	146	120.45	14	0.14
0	Хлеб пшеничный	.020	1.6	0.8	10.8	58	0	0.02	0.01	0.18	0	99.8	18.6	4	2.8	0.22
		<i>Итого:</i>	19.53	19.35	67.49	530.00	59.13	8.66	3.32	0.98	2.39	302.31	377.36	238.42	63.66	2.44

**Второй завтрак**

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1шт	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
		<i>Итого:</i>	1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

**Обед**

20.17	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.070/5	0.49	5.06	1.33	53	0	0.02	0.01	0.14	4.9	4.9	98.7	11.9	9.8	0.35
84.17	Борщ с фасолью,цыпленком и сметаной	.250/10/10	5.28	7.34	17.84	161	12.56	0.05	0.07	0.58	11.71	337.35	336.39	37.85	22.6	1.06
235.17	Шницель рыбный натуральный	.070	11.28	3.92	7.18	110	9.1	0.03	0.04	0.24	1.21	171.1	49.41	15.65	6.98	0.49
312.17	Картофельное пюре	.160	3.48	5.94	23.6	162	33.08	0.18	0.15	1.81	27.83	135.4	817.48	44.33	35.1	1.28
348.17	Компот из кураги	.200	1.09	0	39.39	157	0	0.06	0.03	0.18	0	43.44	59.2	30.05	15.54	1.15
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
		<i>Итого:</i>	29.11	24.57	137.59	889.00	54.74	0.45	0.33	4.36	45.65	891.79	1398.38	160.78	104.72	5.48

**Полдник**

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1шт	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
		<i>Итого:</i>	8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

**Ужин**

43.17	Салат из овощей	.070	0.81	4.28	2.33	51	0	0.03	0.02	0.31	17.25	393.37	96.63	21.38	11.42	0.47
278.17	Тефтели с соусом	.070/30	12.59	16.93	18.51	275	0.25	0.07	0.08	2.49	3.6	860.43	249.7	24.9	19.14	1.76
304.17	Рис отварной	.160	3.91	6.45	37.56	229	42.48	0.03	0.02	0.72	0	173.58	42.9	2.1	20.63	0.58
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
		<i>Итого:</i>	25.82	30.51	128.67	901.00	43.23	0.28	0.18	5.38	35.75	1659.87	462.64	96.63	81.93	7.49
		<i>Всего:</i>	83.83	86.65	420.75	2814.00	199.90	9.52	4.16	12.36	89.59	3136.36	2834.49	787.28	301.84	39.39

Примерное меню обучающихся 5-11кл.3 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

Завтрак

120.17	Лапша молочная	.250	5.47	4.75	17.96	150	33	0.09	0.19	0.51	0.83	354	218.8	163	26.68	0.65
0	Сыр плавленный "Хохланд"	.019/1штг	2.09	5.32	1.52	60	0.08	0.01	0.06	0.03	0.3	155.8	22.04	190	9.5	0.21
692.04	Кофейный напиток с молоком	.200	2.35	1.8	23.59	119	0.01	0.02	0.07	0.05	0.65	25.15	73	60.45	7	0.09
0	Хлеб пшеничный	.020	1.6	0.8	10.8	58	0	0.02	0.01	0.18	0	99.8	18.6	4	2.8	0.22
<i>Итого:</i>			11.51	12.67	53.87	387.00	33.09	0.14	0.33	0.77	1.78	634.75	332.44	417.45	45.98	1.17

Второй завтрак

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1штг	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<i>Итого:</i>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

Обед

52.17	Салат из свеклы отварной	.060	0.85	3.66	5.02	56	0	0.01	0.02	0.11	5.7	26.22	164.16	21.09	12.54	0.8
102.17	Суп картофельный с горохом с мясом	.250/10	8.78	6.08	19.28	166	0.01	0.27	0.11	1.93	11.5	329.08	520.27	32.74	38.23	2.29
290.17	Филе цыпленка в сметанном соусе	.50/40	15.64	6.86	2.38	157	0.04	0.01	0.01	0.08	0.08	251.09	25.22	12.82	1.62	0.09
302.17	Каша гречневая	.180	10.51	7.94	47.53	303	37.17	0.36	0.18	3.49	0	281.64	317.01	20.04	166.51	5.6
631.04	Компот из свежих фруктов	.200	0.72	0.06	23.98	98	0.01	0.01	0.01	0.08	4.3	8.2	86.6	7.6	4.2	0.96
3.39	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	134	0	0.06	0.02	0.6	0	324.35	60.45	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			43.99	26.91	146.44	1030.00	37.23	0.76	0.36	6.66	21.58	1420.18	1210.91	115.29	237.80	10.89

Полдник

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1штг	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<i>Итого:</i>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

Ужин

23.17	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.070/5	0.77	5.13	2.66	62	0	0.04	0.03	0.35	17.5	5.6	203	9.8	14	0.63
451.04	Котлета комбинированная	.080	15.52	10.27	20.95	242	0	0.05	0.05	1.66	0.8	231.91	101.72	10.85	12.41	1.25
320.17	Картофель отварной	.100	2.02	3.29	16.33	103	20.67	0.12	0.07	1.3	20	237.5	568.57	12.63	23.14	0.93
321.17	Капуста тушеная	.070	1.73	2.55	7.02	57	0.03	0.02	0.03	0.62	36.98	282.06	23.44	42.77	14.84	0.59
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Фрукт	.200	0.8	0.8	19.6	80	0	0.06	0.04	0.6	20	52	556	32	18	4.4
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			28.87	24.41	125.07	834.00	21.20	0.40	0.26	6.03	98.18	1010.36	1526.14	137.10	102.33	9.84
<i>Всего:</i>			93.74	76.21	412.38	2745.00	134.32	1.43	1.28	15.10	99.99	3347.68	3665.60	961.29	437.64	45.88

Примерное меню обучающихся 5-11кл.4 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

Завтрак

240.12	Пудинг из творога с яблоками и мол.сгущ.	.150/30	29.02	18.08	56.54	414	132.38	0.09	0.42	0.76	2.12	440.48	207.37	199.1	34.11	1.74
3.17	Бутерброд с сыром	.15/20	4.97	4.51	9.72	102	0.06	0.03	0.05	0.2	0.24	222.8	36	154	10.3	0.38
382.17	Какао с молоком	.200	4.28	3.8	20.07	134	0.03	0.04	0.15	0.1	1.3	50.15	146	120.45	14	0.14
<i>Итого:</i>			38.27	26.39	86.33	650.00	99.99	0.16	0.62	1.06	3.66	713.43	389.37	473.55	58.41	2.26

Второй завтрак

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1штг	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<i>Итого:</i>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

Обед

42.04	Салат из свежей капусты с перцем	.070	1.77	3.98	7.02	70	0	0.02	0.02	0.44	28.03	8.12	0	29.96	9.97	0.38
111.17	Суп вермишелевый с цыпленком	.250/10	5	5.55	15.56	137	0	0.04	0.02	0.37	1.77	312.87	67.42	12.66	8.88	0.5
467.04	Биточки по-белорусски	.070	18.59	15.55	15.4	271	28.26	0.04	0.15	3.29	0.98	163.13	196.39	15.56	17.63	2.27
216.04	Картофель тушеный	.180	3.9	15.08	29.36	269	0.03	0.21	0.14	2.31	36.32	59.68	993.25	30.39	48.25	1.84
699.04	Напиток лимонный	.200	0.7	0.02	20.44	85	0	0.01	0	0.02	6.4	1.96	26.08	7	1.92	0.16
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			37.45	42.49	136.03	1078.00	28.29	0.43	0.36	7.84	73.50	745.36	1320.34	116.57	101.35	6.30

Полдник

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1штг	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<i>Итого:</i>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

Ужин

24.94	Огурцы свежие	.070	0.49	0.07	1.33	8	0	0.02	0.01	0.14	4.9	4.9	98.7	11.9	9.8	0.35
424.04	Поджарка	.060/10	17.58	7.93	1.82	150	0	0.11	0.19	4.11	2.81	441.42	362.51	16.28	26.01	1.82
309.17	Макаронные изделия отварные	.160	6.01	5.33	38.39	226	33.04	0.09	0.03	0.65	0	427.83	67.85	15.06	8.96	0.91
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			32.53	16.17	111.60	728.00	33.54	0.37	0.29	6.75	19.81	1105.87	591.06	88.69	74.67	7.72
<b>Всего:</b>			117.62	97.27	420.96	2950.00	237.10	1.09	1.60	17.29	99.99	2847.05	2896.88	970.26	285.96	40.26

Примерное меню обучающихся 5-11 кл. 5 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

Завтрак

182.17	Каша жидкая молочная геркулесовая	.250/10	9.98	15.35	41.96	348	59.04	0.27	0.25	0.62	1.62	170.03	349.02	178.29	82.09	1.97
1.17	Бутерброд с маслом	.010/20	1.77	5.62	11.17	102	30	0.02	0.01	0.21	0	113.4	23.18	6.3	3.15	0.26
692.04	Кофейный напиток с молоком	.200	2.35	1.8	23.59	119	0.01	0.02	0.07	0.05	0.65	25.15	73	60.45	7	0.09
<i>Итого:</i>			14.10	22.77	76.72	569.00	89.05	0.31	0.33	0.88	2.27	308.58	445.20	245.04	92.24	2.32

Второй завтрак

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1штг	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<i>Итого:</i>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

Обед

24.94	Помидоры свежие	.070	0.77	0.14	2.66	17	0	0.04	0.03	0.35	17.5	5.6	203	9.8	14	0.63
135.04	Суп из овощей с мясом сметаной	.250/10/10	5.24	8.83	11.41	146	10.01	0.1	0.08	1.77	21.34	361.19	395.83	35.19	26.52	1.27
443.04	Плов	.060/150	27.17	15.42	59.89	486	0.1	0.16	0.23	5.06	3.15	217.78	440.96	19.17	55.8	2.37
702.04	Напиток из протертых ягод	.200	0.38	0	21.38	86	0.06	0	0	0.48	0.03	0.4	30.4	2.7	1.8	0.23
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			41.05	26.70	143.59	981.00	10.17	0.41	0.37	9.07	42.02	784.57	1107.39	87.86	112.82	5.65

Полдник

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1штг	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<i>Итого:</i>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

Ужин

24.17	Салат из помидоров и огурцов с маслом	.080/5	0.72	5.11	2.28	59	0	0.03	0.03	0.28	12.8	6	172.4	12.4	13.6	0.56
494.04	Цыпленок запеченный	.080	4.86	6.99	18.16	146	3.04	0	0	0	0.01	128.59	2.02	3.91	0.31	0.02
312.17	Картофельное пюре	.180	3.91	6.68	26.55	182	37.21	0.2	0.16	2.04	31.31	161.04	919.65	49.96	39.49	1.44
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			18.00	21.63	117.26	733.00	40.75	0.38	0.25	4.18	59.02	528.12	1167.48	114.52	84.14	6.70
<i>Всего:</i>			82.52	83.32	424.57	2777.00	182.77	1.23	1.28	15.77	99.99	1903.66	3316.18	738.87	340.73	38.65

## Примерное меню обучающихся 5-11кл.6 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

### Завтрак

24.94	Помидоры свежие	.060	0.66	0.12	2.28	14	0	0.04	0.02	0.3	15	4.8	174	8.4	12	0.54
16.17	Рулет "Диетический"	.030	4.2	4.5	0	97	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
333.04	Макароны с сыром	.150	8.31	13.17	30.92	277	59.06	0.08	0.07	0.54	0.24	976.63	72.91	167.61	15.02	0.94
382.17	Какао с молоком	.200	4.28	3.8	20.07	134	0.03	0.04	0.15	0.1	1.3	50.15	146	120.45	14	0.14
0	Хлеб ржаной	.032.5	2.14	0.36	13.32	65	0	0.04	0.01	0.52	0	0	0	6.5	4.55	0.36
0	Хлеб пшеничный	.020	1.6	0.8	10.8	58	0	0.02	0.01	0.18	0	99.8	18.6	4	2.8	0.22
<b>Итого:</b>			21.19	22.75	77.39	645.00	59.09	0.22	0.26	1.64	16.54	1131.38	411.51	306.96	48.37	2.20

### Второй завтрак

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1шт	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<b>Итого:</b>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

### Обед

37.04	Салат осенний	.070	0.89	7.07	3.05	81	0	0.03	0.03	0.43	17.84	395.18	99.14	22.65	14.36	0.5
132.04	Рассольник Ленин.с мясом птицы, сметаной	.250/10/10	2.78	7.12	18.79	151	10.01	0.1	0.07	1.18	16.79	486.98	492.57	27.34	27.43	0.96
469.04	Фрикадельки в соусе	.60/30	9.89	9.65	10.51	169	0.25	0.08	0.1	2.16	1.71	967.13	211.47	19.48	16.34	1.14
302.17	Каша гречневая	.160	9.34	7.06	42.24	270	33.04	0.32	0.16	3.1	0	250.35	281.72	17.81	147.96	4.98
348.17	Компот из кураги	.200	1.09	0	39.39	157	0	0.06	0.03	0.18	0	43.44	59.2	30.05	15.54	1.15
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			31.48	33.21	162.23	1074.00	43.30	0.70	0.42	8.46	36.34	2342.68	1181.30	138.33	236.33	9.88

### Полдник

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1шт	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<b>Итого:</b>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

### Ужин

24.94	Огурцы свежие	.060	0.42	0.06	1.14	7	0	0.02	0.01	0.12	4.2	4.2	84.6	10.2	8.4	0.3
259.17	Жаркое по-домашнему	.050/150	22.71	14.36	40.26	379	0.08	0.23	0.25	5	26.62	438.55	993.19	26.85	49.92	2.63
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			31.58	17.26	111.46	730.00	0.58	0.40	0.32	6.97	42.92	674.47	1139.79	82.50	88.22	7.57
<b>Всего:</b>			93.62	85.44	438.08	2943.00	145.77	1.45	1.33	18.71	99.99	4430.92	3328.71	819.24	424.45	43.63

Примерное меню обучающихся 5-11 кл. 7 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

Завтрак

174.17	Каша молочная кукурузная с маслом	.250/10	8.21	14.79	58.74	405	73.79	0.1	0.22	1.15	1.56	552.46	240.93	155.42	48.99	0.84
692.04	Кофейный напиток с молоком	.200	2.35	1.8	23.59	119	0.01	0.02	0.07	0.05	0.65	25.15	73	60.45	7	0.09
0	Кондитерское изделие	.1шт	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
0	Хлеб пшеничный	.020	1.6	0.8	10.8	58	0	0.02	0.01	0.18	0	99.8	18.6	4	2.8	0.22
<i>Итого:</i>			13.23	21.91	113.53	701.00	76.60	0.14	0.30	1.38	2.21	681.33	332.53	245.91	58.79	21.31

Второй завтрак

342	Творожок	.075/1шт	8.48	15	11.55	214	0.14	0.03	0.19	0.18	0.3	25.35	93	90.75	13.5	0.3
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
<i>Итого:</i>			8.96	15.05	21.60	256.00	0.64	0.03	0.20	0.26	0.40	26.27	117.80	96.00	17.90	1.15

Обед

20.17	Салат из св.огурцов с маслом растит.	.070/5	0.49	5.06	1.33	53	0	0.02	0.01	0.14	4.9	4.9	98.7	11.9	9.8	0.35
88.17	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	.250/10/10	4.94	7.23	9.08	121	10.01	0.08	0.09	1.55	30.04	333.18	272.07	45.74	24.93	1.03
488.04	Цыпленок, тушенный с картофелем и овощами	.60/150	25.42	13.2	40.01	411	0.03	0.15	0.09	1.89	8.87	136.81	776.78	22.86	38.31	1.43
701.04	Напиток фруктовый	.200	0.66	0	22.41	91	0.01	0.01	0	0.07	4.12	6.7	69.5	4.6	2.25	0.61
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			39.00	27.80	121.08	922.00	10.05	0.37	0.22	5.06	47.93	681.19	1254.25	106.10	89.99	4.57

Полдник

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Выпечка	.1шт	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<i>Итого:</i>			2.70	2.70	45.00	217.00	0.00	0.07	0.07	1.44	4.00	178.47	324.11	23.41	21.53	3.62

Ужин

52.17	Салат из свеклы отварной	.060	0.85	3.66	5.02	56	0	0.01	0.02	0.11	5.7	26.22	164.16	21.09	12.54	0.8
268.17	Котлета мясная	.080	16.29	9.59	22.57	243	0	0.11	0.13	3	0	304.94	235.83	11.57	20.67	1.5
304.17	Рис отварной	.160	3.91	6.45	37.56	229	42.48	0.03	0.02	0.72	0	173.58	42.9	2.1	20.63	0.58
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<i>Итого:</i>			29.08	22.07	123.66	818.00	42.98	0.26	0.21	5.33	8.60	706.03	516.30	63.81	73.78	4.92
<i>Всего:</i>			92.97	89.53	424.87	2914.00	130.27	0.87	1.00	13.47	63.14	2273.29	2544.99	535.23	261.99	35.57



**Примерное меню обучающихся 5-11кл.8 день**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

**Завтрак**

210.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	.150/5	17.92	29.42	2.55	333	363	0.12	0.55	0.4	0.32	778	209	262	21.82	2.75
3.17	Бутерброд с сыром	.15/20	4.97	4.51	9.72	102	0.06	0.03	0.05	0.2	0.24	222.8	36	154	10.3	0.38
382.17	Какао с молоком	.200	4.28	3.8	20.07	134	0.03	0.04	0.15	0.1	1.3	50.15	146	120.45	14	0.14
<b>Итого:</b>			27.17	37.73	32.34	569.00	99.99	0.19	0.75	0.70	1.86	1050.95	391.00	536.45	46.12	3.27

**Второй завтрак**

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	1шт	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<b>Итого:</b>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

**Обед**

62.17	Салат из моркови с сахаром	.070	0.97	0.07	8.13	38	0	0.04	0.05	0.67	3.36	14.14	134.4	18.24	25.54	0.48
161.04	Суп молочный с рисом	.250	4.76	5.8	19.98	152	11.84	0.06	0.2	0.36	1.62	258.02	197.84	153.37	25.12	0.29
437.04	Гуляш из говядины	.60/30	21.38	16.18	11.9	274	0	0.07	0.14	4.73	1.41	453.13	353.05	15.08	25.29	2.81
309.17	Макаронные изделия отварные	.160	6.01	5.33	38.39	226	33.04	0.09	0.03	0.65	0	427.83	67.85	15.06	8.96	0.91
701.04	Напиток фруктовый	.200	0.66	0	22.41	91	0.01	0.01	0	0.07	4.12	6.7	69.5	4.6	2.25	0.61
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			41.27	29.69	149.06	1027.00	44.89	0.38	0.45	7.89	10.51	1359.42	859.84	227.35	101.86	6.25

**Полдник**

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	1шт	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<b>Итого:</b>			8.30	7.70	43.60	283.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

**Ужин**

24.17	Салат из помидоров и огурцов с маслом	.070/5	0.62	5.09	1.99	57	0	0.03	0.02	0.24	11.2	5.25	150.85	10.85	11.9	0.48
294.17	Биточки из цыпленка	.070	16.61	6.1	23.15	226	0	0.03	0.01	0.26	0	203.4	24.55	4.75	4.81	0.36
302.17	Каша гречневая	.160	9.34	7.06	42.24	270	33.04	0.32	0.16	3.1	0	250.35	281.72	17.81	147.96	4.98
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			35.02	21.09	137.44	897.00	33.54	0.53	0.25	5.45	23.30	690.72	519.12	78.86	194.57	10.46
<b>Всего:</b>			112.83	100.73	405.84	2987.00	484.32	1.23	1.78	15.68	41.47	3383.48	2366.07	1134.11	394.08	43.96

**Примерное меню обучающихся 5-11кл.9 день**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

**Завтрак**

120.17	Лапша молочная	.250	5.47	4.75	17.96	150	33	0.09	0.19	0.51	0.83	354	218.8	163	26.68	0.65
16.17	Карбонат в/к	.040	8.52	3.32	0	66	0.08	11.2	4	0	0	1.44	5.6	0	2.4	1.16
692.04	Кофейный напиток с молоком	.200	2.35	1.8	23.59	119	0.01	0.02	0.07	0.05	0.65	25.15	73	60.45	7	0.09
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			19.54	11.47	63.15	451.00	33.09	11.35	4.27	0.93	1.48	580.19	334.60	231.45	41.68	2.34

**Второй завтрак**

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1штг	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
<b>Итого:</b>			1.07	4.52	43.40	211.00	2.80	0.02	0.02	0.20	4.00	15.92	240.00	40.04	8.00	22.96

**Обед**

23.17	Салат из св.помидоров с маслом растит.	.060/5	0.66	5.11	2.28	59	0	0.04	0.02	0.3	15	4.8	174	8.4	12	0.54
82.17	Борщ с мясом тушеным конс. и сметаной	.250/10/10	3.6	8.36	12.52	139	10.06	0.05	0.07	0.66	19.66	338.65	304.22	44.61	24.38	1.13
1	Зразы любительские	.070	8.47	10.99	9.17	171	7	0.06	0.09	1.75	3.29	368.9	143.5	21.7	18.2	1.05
304.17	Рис отварной	.160	3.91	6.45	37.56	229	42.48	0.03	0.02	0.72	0	173.58	42.9	2.1	20.63	0.58
631.04	Компот из свежих фруктов	.200	0.72	0.06	23.98	98	0.01	0.01	0.01	0.08	4.3	8.2	86.6	7.6	4.2	0.96
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			24.85	33.28	133.76	942.00	59.55	0.30	0.24	4.92	42.25	1093.73	788.42	105.41	94.11	5.41

**Полдник**

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1штг	5.4	5.4	44	340	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
<b>Итого:</b>			11.00	10.40	65.60	498.00	40.00	0.11	0.31	1.44	1.80	266.47	356.11	251.41	43.53	1.02

**Ужин**

24.94	Огурцы свежие	.060	0.42	0.06	1.14	7	0	0.02	0.01	0.12	4.2	4.2	84.6	10.2	8.4	0.3
230.17	Рыба запеченная	.070	2.8	2.03	10.92	133	0	0.01	0	0.05	0	542.07	5.25	5.91	0.98	0.09
312.17	Картофельное пюре	.180	3.91	6.68	26.55	182	37.21	0.2	0.16	2.04	31.31	161.04	919.65	49.96	39.49	1.44
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
<b>Итого:</b>			15.64	11.62	108.88	668.00	37.71	0.38	0.23	4.07	50.41	939.80	1082.91	114.32	79.61	6.51
<b>Всего:</b>			72.10	71.29	414.79	2770.00	173.15	12.16	5.07	11.56	99.94	2896.11	2802.04	742.63	266.93	38.24

**Примерное меню обучающихся 5-11кл10 день**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергет. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	B2	PP	C	Na	K	Ca	Mg	Fe

**Застрак**

297.94	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/30	26.3	19.9	50.4	486	117	0.11	0.54	0.87	0.85	632.91	351.8	352.05	47.8	1.16
3.17	Бутерброд с сыром	.15/20	4.97	4.51	9.72	102	0.06	0.03	0.05	0.2	0.24	222.8	36	154	10.3	0.38
376.17	Чай с сахаром	.200	0.48	0.05	10.05	42	0.5	0	0.01	0.08	0.1	0.92	24.8	5.25	4.4	0.85
	<b>Итого:</b>		<b>31.75</b>	<b>24.46</b>	<b>70.17</b>	<b>630.00</b>	<b>99.99</b>	<b>0.14</b>	<b>0.60</b>	<b>1.15</b>	<b>1.19</b>	<b>856.63</b>	<b>412.60</b>	<b>511.30</b>	<b>62.50</b>	<b>2.39</b>

**Второй завтрак**

0	Сок фруктовый	.200	0	0	23	92	0	0.02	0.02	0.2	4	12	240	14	8	2.8
0	Кондитерское изделие	.1шт	1.07	4.52	20.4	119	2.8	0	0	0	0	3.92	0	26.04	0	20.16
	<b>Итого:</b>		<b>1.07</b>	<b>4.52</b>	<b>43.40</b>	<b>211.00</b>	<b>2.80</b>	<b>0.02</b>	<b>0.02</b>	<b>0.20</b>	<b>4.00</b>	<b>15.92</b>	<b>240.00</b>	<b>40.04</b>	<b>8.00</b>	<b>22.96</b>

**Обед**

24.94	Огурцы свежие	.070	0.49	0.07	1.33	8	0	0.02	0.01	0.14	4.9	4.9	98.7	11.9	9.8	0.35
97.17	Суп картофельный с рыбой	.250/10	2.8	3.18	20.8	123	0.02	0.14	0.09	1.58	24	39.09	676.51	17.34	31.09	1.16
438.04	Азу	.050/150	28.1	17.09	56.66	492	0.07	0.21	0.23	4.7	22.01	957.66	868.44	30.26	46.05	2.5
631.04	Компот из свежих фруктов	.200	0.72	0.06	23.98	98	0.01	0.01	0.01	0.08	4.3	8.2	86.6	7.6	4.2	0.96
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
	<b>Итого:</b>		<b>39.60</b>	<b>22.71</b>	<b>151.02</b>	<b>967.00</b>	<b>0.10</b>	<b>0.49</b>	<b>0.37</b>	<b>7.91</b>	<b>55.21</b>	<b>1209.45</b>	<b>1767.45</b>	<b>88.10</b>	<b>105.84</b>	<b>6.12</b>

**Полдник**

0	Кисломолочный напиток	.200	5.6	5	21.6	158	40	0.06	0.26	0.2	1.8	100	272	242	30	0.2
0	Выпечка	.1шт	2.7	2.7	22	125	0	0.05	0.05	1.24	0	166.47	84.11	9.41	13.53	0.82
	<b>Итого:</b>		<b>8.30</b>	<b>7.70</b>	<b>43.60</b>	<b>283.00</b>	<b>40.00</b>	<b>0.11</b>	<b>0.31</b>	<b>1.44</b>	<b>1.80</b>	<b>266.47</b>	<b>356.11</b>	<b>251.41</b>	<b>43.53</b>	<b>1.02</b>

**Ужин**

45.17	Салат из белокочанной капусты	.070	1.18	3.57	6.56	62	0	0.02	0.02	0.46	25.19	35.78	14.01	28.75	11.51	0.39
266.17	Бифштекс рубленый	.070	22.31	21.81	16.06	345	0	0.05	0.14	4.46	0	527.38	309.85	12.62	22.12	2.58
309.17	Макаронные изделия отварные	.160	6.01	5.33	38.39	226	33.04	0.09	0.03	0.65	0	427.83	67.85	15.06	8.96	0.91
378.17	Чай с лимоном	.200/7	0.54	0.06	10.26	44	0.5	0	0.01	0.09	2.9	1.69	36.21	8.05	5.24	0.89
0	Фрукт	.120	0.48	0.48	11.76	56	0	0.04	0.02	0.36	12	31.2	0	19.2	10.8	2.64
0	Хлеб ржаной	.065	4.29	0.71	26.65	130	0	0.07	0.02	1.04	0	0	0	13	9.1	0.71
0	Хлеб пшеничный	.040	3.2	1.6	21.6	116	0	0.04	0.01	0.37	0	199.6	37.2	8	5.6	0.44
	<b>Итого:</b>		<b>38.01</b>	<b>33.56</b>	<b>131.28</b>	<b>979.00</b>	<b>33.54</b>	<b>0.31</b>	<b>0.25</b>	<b>7.43</b>	<b>40.09</b>	<b>1223.48</b>	<b>465.12</b>	<b>104.68</b>	<b>73.33</b>	<b>8.56</b>
	<b>Всего:</b>		<b>118.73</b>	<b>92.95</b>	<b>439.47</b>	<b>3070.00</b>	<b>194.00</b>	<b>1.07</b>	<b>1.55</b>	<b>18.13</b>	<b>99.99</b>	<b>3571.95</b>	<b>3241.28</b>	<b>995.53</b>	<b>293.20</b>	<b>41.05</b>