10 дневное меню на зимний период 2021 года МБДОУ ЦРР- Д/С № 77 –1 неделя с 1,5-3-х лет

пр	1 день	выход	2 день	Выход	3 день	выход	4 день	выход	5 день	выход
Завтрак	каша рисовая жидкая (№185 стр 195)	150	Омлет натуральный №215 стр 219	100	Каша пшенная жидкая№185 ст195	150	Макаронные изделия отварные с маслом № 205 стр 214	130	Каша пшеничная жидкая №185 стр 195	140
	Чай с сахаром №392 ст 312	180	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Молоко кипяченое №400 стр 315	180	Консервы овощные закусочные №50 стр 21	40	Молоко кипяченое №400 стр 315	180
			Консервы овощные закусочные №50 стр 21	40	Батон	20	Кофейный напиток с молоком№ 395 стр 313	160	Батон	30
	Батон	30	Батон	30			Батон	20		
	итого обьём за завтрак	**360**	**итого обьём за завтрак**	**350**	**итого обьём за завтрак**	**350**	**итого обьём за завтрак**	**350**	**итого обьём за завтрак**	**350**
	Ккал	**281,68**	**Ккал**	**299**	**Ккал**	**333,07**	**Ккал**	**323,49**	**Ккал**	**349,45**
	% от общей каллорийности	**19,6**	**% от общей каллорийности**	**19,01**	**% от общей каллорийности**	**21,9**	**% от общей каллорийности**	**22**	**% от общей каллорийности**	**22,5**
2 завтрак	фрукты	**155**	**сок овощной или фруктовый**	**180**	Кефир №401стр 316	**140**	Сок фруктовый №399 стр 315	**180**	Свежие фрукты	**160**
	Ккал	**69,75**	**Ккал**	**81**	**Ккал**	**72,8**	**Ккал**	**81**	**Ккал**	**72**
	% от общей каллорийности	**5**	**% от общей каллорийности**	**5**	**% от общей каллорийности**	**5**	**% от общей каллорийности**	**5,5**	**% от общей каллорийности**	**5**
обед	Суп картофельный с консервами из бобовых **(№207 стр 88)**	150	Суп с рыбными консервами № 87 стр 136	150	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67 стр126)	165	Суп картофельный с макаронными изделиями № 82 стр 133	150	Суп картофельный с горохом №81 стр 133	150
	Капуста тушеная №336 стр 286	120	Каша гречневая рассыпчатая с овощами №166 стр 182	115	Суфле из рыбы №268 стр 247	60	Котлеты рубленные из птицы №305 стр 270	60	Запеканка картофельная с мясом №291 стр 261	120
	Котлета из говядины №282 стр 256	60	Тефтели мясные (2 вариант)	60	Картофель отварной №125 стр 153	120	Картофельное пюре № 321 стр 280	120	Соус,сметанный с томатом №355 ст295	30
	Напиток из плодов шиповника № 398 стр 314	150	Напиток из плодов шиповника № 398 стр	150	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст.377	150	Напиток из плодов шиповника № 398 стр 314	150	Икра свекольная №53 стр 117	40
	икра морковная №54 стр 117	30	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
	Хлеб ржаной	40							Кисель из повидла №383 стр 307	150
	итого обьём за обед	**550**	**итого обьём за обед**	**515**	**итого обьём за обед**	**535**	**итого обьём за обед**	**520**	**итого обьём за обед**	**530**
	ккалл	**462,84**	**ккалл**	**560,18**	**ккалл**	**504,349**	**ккалл**	**433,67**	**ккалл**	**479,64**
	% от общей каллорийности	**32**	**% от общей каллорийности**	**35,6**	**% от общей каллорийности**	**33**	**% от общей каллорийности**	**29,3**	**% от общей каллорийности**	**30,9**
полдник	Пудинг из творога №235 стр 227	130	Вареники ленивые отварные № 229 230 стр 225	145	Котлеты рубленные из ЦБ № 305 стр 271	60	Пирожок печенный с повидлом №454 стр 342	50	Омлет натуральный №215 ст.219	100
	Кефир № 401 стр 316	150	Кофейный напиток на сгущенном молоке № 396 стр 313	180	Рис отварной (682 ст316)	110	Рагу из овощей № 137 стр 158	120	Горох овощной отварной №302 ст.127	40
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Чай с молоком №394 ст.312	150	Сыр порциями № 7 стр 97	10
	Соус молочный сладкий №351 стр 295	15			Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
							Рыба припущенная № 245 стр 234	60	Булочка Российская № 474 стр 355	50
									Чай с лимоном №393 ст.312	150
	Ккал	**480,81**	**Ккал**	**475,72**	**Ккал**	**455,74**	**Ккал**	**494**	**Ккал**	**494,6**
	итого обьем за полдник	**315**	**итого обьем за полдник**	**345**	**итого обьем за полдник**	**370**	**итого обьем за полдник**	**400**	**итого обьем за полдник**	**370**
	% от общей каллорийности	**33,4**	**% от общей каллорийности**	**30,2**	**% от общей каллорийности**	**30,0**	**% от общей каллорийности**	**33,4**	**% от общей каллорийности**	**31,9**
	Всего за день ккалл	**1295,1**	**Всего за день ккалл**	**1415,9**	**Всего за день ккалл**	**1365,96**	**Всего за день ккалл**	**1332,16**	**Всего за день ккалл**	**1395,7**
	Всего за день обьем блюд	**1380**	**Всего за день обьем блюд**	**1390**	**Всего за день обьем блюд**	**1395**	**Всего за день обьем блюд**	**1450**	**Всего за день обьем блюд**	**1410**

10 дневное меню на зимний период 2021 года МБДОУ ЦРР- Д/С № 77 –2 неделя с 1,5 -3-х лет

приёмы пищи	6 день	выход	7 день	выход	8 день	выход	9 день	выход	10 день	выход
Завтрак	каша рисовая жидкая (№185 стр 195)	140	Каша манная жидкая №185 ст195	150	Каша геркулесовая жидкая№ 185 ст195	150	Макаронные изделия с маслом сливочным №205 стр 214	135	Суп молочный с крупой гречневой "94 стр 138	150
	Какао с молоком №397 ст.314	180	Чай с молоком №394 ст.312	180	Кофейный напиток со сгущенным молоком №396 стр 313	180	Чай с сахаром №392 ст.312	150	Какао с молоком	180
	Батон	30	Батон	20	Батон	20	Батон	20	Батон	30
							Сыр порциями № 7 стр 97	10	Сыр порциями №7 стр 97	10
							Консервы овощные закусочные	40		
	итого	**350**	**итого**	**350**	**итого**	**350**	**итого**	**355**	**итого**	**370**
	Ккалл за завтрак	**339,77**	**Ккалл за завтрак**	**285,93**	**Ккалл за завтрак**	**340,48**	**Ккалл за завтрак**	**313,55**	**Ккалл за завтрак**	**326,306**
	% от общей каллорийности	**21**	**% от общей каллорийности**	**19**	**% от общей каллорийности**	**23,0**	**% от общей каллорийности**	**19,5**	**% от общей каллорийности**	**21,3**
2 завтрак	Молоко кипяченое	150	Свежие фрукты	160	Кефир №401стр 316	150	сок овощной или фруктовый	180	Кефир №401стр 316	150
	Ккалл за 2 завтрак	**78**	**Ккалл за 2 завтрак**	**72**	**Ккалл за 2 завтрак**	**78**	**Ккалл за 2 завтрак**	**81**	**Ккалл за 2 завтрак**	**78**
	% от общего обьема блюд	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**
обед	Рассольник Ленинградский №76 ст.130	150	Суп картофельный с крупой рисовой №80 ст132	150	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67 стр126)	165	Борщ с капустой с картофелем сметаной 200/15 (№57 ст.121)	165	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67	165
	Капуста тушеная №336 ст.286	120	Биточки из говядины №282 ст.256	60	Шницель рубленный из говядины №282 ст.256	60	Запеканка картофельная с мясом №291 стр 261	120	Жаркое по домашнему №276 стр 253	170
	Шницель из говядины №282 ст.256	60	Пюре картофельное с морковью №322 ст.281	120	Свекла тушеная в сметанном соусе №340 ст288	120	Кисель из повидла № 383 стр 307	150	Компот из сухофруктов №376 стр 304	150
	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст.377	150	Напиток из подов шиповника №398 стр 314	150	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст.377	150	Икра свекольная №53 ст 117	30	Хлеб ржаной	40
	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40		
	Хлеб пшеничный	20	Капуста квашенная	40	Овощи соленые	30	Хлеб пшеничный	20		
			Хлеб пшеничный	20						
	Ккалл за обед	**556,28**	**Ккалл за обед**	**511,21**	**Ккалл за обед**	**482,8**	**Ккалл за обед**	**492**	**Ккалл за обед**	**529,71**
	итого обьем за обед	**540**	**итого обьем за обед**	**580**	**итого обьем за обед**	**565**	**итого обьем за обед**	**525**	**итого обьем за обед**	**525**
	% от общей каллорийности	**34,1**	**% от общей каллорийности**	**34,1**	**% от общей каллорийности**	**33**	**% от общей каллорийности**	**30,6**	**% от общей каллорийности**	**34,5**
полдник	Омлет натуральный № 215 стр 219	100	Котлета рубленная из ЦБ №305 ст 271	60	Котлеты рыбные любительские № 256 стр 240	60	Запеканка из творога со (237 ст229)	130	Пюре из бобовых и картофеля №411 стр 177	120
	Кукуруза отварная №304 стр 128	40	Каша гречневая рассыпчатая с овощами №166 ст.182	115	Картофельное пюре №321 стр 280	120	Молоко кипяченое № 400 стр 315	150	Котлеты рыбные любительские №256 стр 240	60
	Сыр порциями №7 стр 97	10	Кисель из повидла №383 стр 307	150	Чай с сахаром №392 ст.312	150	Булочка сдобная №466 ст.350	50	Хлеб пшеничный	20
	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	35			Чай с сахаром №392 стр 312	150
	Пирожок печенный сдобный с рисом и яйцом № 454 стр 342	60			Кондитерское изделие	18			Кондитерское изделие	20
	Чай с сахаром № 392 стр 312	150								
	Ккалл за полдник	**493,94**	**Ккалл за полдник**	**481,17**	**Ккалл за полдник**	**428,316**	**Ккалл за полдник**	**561,84**	**Ккалл за полдник**	**447,6**
	итого обьем за полдник	**380**	**итого обьем за полдник**	**345**	**итого обьем за полдник**	**383**	**итого обьем за полдник**	**330**	**итого обьем за полдник**	**370**
	% от общей каллорийности	**30,3**	**% от общей каллорийности**	**32,1**	**% от общей каллорийности**	**29,0**	**% от общей каллорийности**	**34,9**	**% от общей каллорийности**	**29,2**
	Всего за день ккалл	**1468,0**	**Всего за день ккалл**	**1350,31**	**Всего за день ккалл**	**1329,6**	**Всего за день ккалл**	**1448,4**	**Всего за день ккалл**	**1381,6**
	Всего за день обьем блюд	**1420**	**Всего за день обьем блюд**	**1435**	**Всего за день обьем блюд**	**1448**	**Всего за день обьем блюд**	**1390**	**Всего за день обьем блюд**	**1415**

10 дневное меню на зимний период 2020 года МБДОУ ЦРР- Д/С № 77 –1 неделя с3-х до 7-ми лет

прием пищи	Неделя 1-1 день	вес блюда	Неделя 1 - 2 день	вес блюда	Неделя 1 - 3 день	вес блюда	Неделя 1 - 4 день	вес блюда	Неделя 1 - 5 день	вес блюда
	Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда		Наименование блюда	
Завтрак	каша рисовая жидкая (№185 стр 195)	200	Суп молочный с крупой гречневой №94 ст.138	180	Каша пшеничная жидкая №185 195	180	Суп молочный с крупой ячневой №94 ст.138	200	Каша пшенная жидкая№185 ст195	180
	Кофейный напиток на сгущенном молоке №396 стр 313	200	Какао с молоком №397 ст.314	180	Молоко кипяченое №400 стр 315	180	Кофейный напиток с молоком №395 ст.313	200	Молоко кипяченое №400 стр 315	180
	Батон	35	Бутерброд с сыром №3 стр96	60	Батон	40	Батон	40	Батон	40
	итого обьём за завтрак	**435**	**итого обьём за завтрак**	**420**	**итого обьём за завтрак**	**400**	**итого обьём за завтрак**	**440**	**итого обьём за завтрак**	**400**
	Ккал	**433,26**	**Ккал**	**428,26**	**Ккал**	**413,37**	**Ккал**	**358,47**	**Ккал**	**413,37**
	% от общей каллорийности	**25,7**	**% от общей каллорийности**	**25,4**	**% от общей каллорийности**	**23,7**	**% от общей каллорийности**	**23,8**	**% от общей каллорийности**	**23,9**
2 завтрак	Молоко кипяченое №400 стр 315	**180**	Кефир №401стр 316	**180**	Свежие фрукты	**200**	сок овощной или фруктовый	**180**	Кефир №401стр 316	**180**
	Ккал	**93,6**	**Ккал**	**93,6**	**Ккал**	**90**	**Ккал**	**81**	**Ккал**	**93,6**
	% от общей каллорийности	**5,6**	**% от общей каллорийности**	**5,6**	**% от общей каллорийности**	**5,2**	**% от общей каллорийности**	**5,4**	**% от общей каллорийности**	**5,4**
обед	Суп картофельный с консервами из бобовых **(№207 стр 88)**	200	Борщ с капустой с картофелем сметаной 200/20 (№57 ст 121)	220	Суп картофельный с горохом №81 стр 133	200	Суп картофельный с макаронными изделиями №82 стр 133	200	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67	220
	Макаронник с мясом №292 стр 261	135	Капуста тушеная №336 ст 286	150	Запеканка картофельная с мясом №291 стр 261	140	Рыба припущенная №245 стр 234	85	Тефтели мясные	80
	Компот из сухофруктов №376 стр 304	180	Пудинг из говядины №290 ст.260	70	Соус,сметанный с томатом №355 ст295	30	Картофельное пюре №321 ст 280	150	Картофель отварной №125 стр 153	145
	Овощи соленые	40	Компот из сухофруктов №376 стр 304	180	Икра свекольная	50	Компот из сухофруктов №376 стр 304	180	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст 377	180
	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	30	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	40
					Кисель из повидла №383 стр 307	180				
	итого обьём за обед	**605**	**итого обьём за обед**	**650**	**итого обьём за обед**	**650**	**итого обьём за обед**	**665**	**итого обьём за обед**	**665**
	ккалл	**591,56**	**ккалл**	**587,93**	**ккалл**	**620,79**	**ккалл**	**530,01**	**ккалл**	**616,33**
	% от общей каллорийности	**35,1**	**% от общей каллорийности**	**34,9**	**% от общей каллорийности**	**35,5**	**% от общей каллорийности**	**35,1**	**% от общей каллорийности**	**35,6**
полдник	Пудинг из творога №235 стр 227	120	Пюре из бобовых и картофеля №411 стр 177	130	Омлет натуральный №215 ст.219	120	Рагу из овощей	150	Цб тушеный в соусе №643 ст297	125
	Чай с молоком №394 ст. 312	180	Котлеты рыбные любительские №256 стр 240	80	Горох овощной отварной №302 ст.127	50	Колбаса вареная Докторская №9 ст 98	40	Рис отварной (682 ст316	120
	Хлеб пшеничный	40	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Сыр порциями № 7 стр 97	15	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Чай с сахаром №392 ст.312	200
	Свежие фрукты	130	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	35	Пирожок печенный с повидлом №454 ст342	50	Хлеб пшеничный	40
			Хлеб ржаной	20	Булочка сдобная №466 ст.350	70	Хлеб пшеничный	35		
			Кондитерское изделие	20	Чай с лимоном №393 ст.312	180				
	Ккал	**567,28**	**Ккал**	**575,77**	**Ккал**	**623,01**	**Ккал**	**539,3**	**Ккал**	**606,11**
	итого обьем за полдник	**470**	**итого обьем за полдник**	**460**	**итого обьем за полдник**	**470**	**итого обьем за полдник**	**455**	**итого обьем за полдник**	**485**
	% от общей каллорийности	**33,7**	**% от общей каллорийности**	**34,2**	**% от общей каллорийности**	**35,7**	**% от общей каллорийности**	**35,7**	**% от общей каллорийности**	**35,0**
	Всего за день ккалл	**1685,7**	**Всего за день ккалл**	**1685,6**	**Всего за день ккалл**	**1747,2**	**Всего за день ккалл**	**1508,8**	**Всего за день ккалл**	**1729,41**
	Всего за день обьем блюд	**1690**	**Всего за день обьем блюд**	**1710**	**Всего за день обьем блюд**	**1720**	**Всего за день обьем блюд**	**1740**	**Всего за день обьем блюд**	**1730**

10 дневное меню на зимний период 2021 года МБДОУ ЦРР- Д/С № 77 –2 неделя с3-х до 7-ми лет

прием пищи	6 день	выход	7 день	выход	8 день	выход	9 день	выход	10 день	выход
Завтрак	каша рисовая жидкая (№185 стр 195)	200	Каша манная жидкая №185 ст195	180	Каша геркулесовая жидкая№ 185 ст195	200	Макаронные изделия с маслом сливочным №205 стр 214	150	Суп молочный с крупой гречневой "94 стр 138	180
	Какао с молоком №397 ст.314	180	Чай с молоком №394 ст.312	180	Кофейный напиток со сгущенным молоком №396 стр 313	180	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Какао с молоком	180
	Батон	30	Батон	40	Батон	30	Батон	30	Батон	40
							Сыр порциями № 7 стр 97	15	Сыр порциями №7 стр 97	15
							Консервы овощные закусочные	50		
	итого	**410**	**итого**	**400**	**итого**	**410**	**итого**	**425**	**итого**	**415**
	Ккалл за завтрак	**386,56**	**Ккалл за завтрак**	**363,4**	**Ккалл за завтрак**	**407**	**Ккалл за завтрак**	**394,27**	**Ккалл за завтрак**	**390,86**
	% от общей каллорийности	**20**	**% от общей каллорийности**	**20**	**% от общей каллорийности**	**21,6**	**% от общей каллорийности**	**19,3**	**% от общей каллорийности**	**20,6**
2 завтрак	Молоко кипяченое	180	Свежие фрукты	200	Кефир №401стр 316	180	сок овощной или фруктовый	200	Кефир №401стр 316	180
	Ккалл за 2 завтрак	**93,6**	**Ккалл за 2 завтрак**	**90**	**Ккалл за 2 завтрак**	**93,6**	**Ккалл за 2 завтрак**	**90**	**Ккалл за 2 завтрак**	**93,6**
	% от общего обьема блюд	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**	**% от общего обьема блюд**	**5**	**% от общего обьема блюд**	**4**	**% от общего обьема блюд**	**5**
обед	Рассольник Ленинградский №76 ст 130	200	Суп картофельный с крупой рисовой №80 ст132	180	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67 стр126)	220	Борщ с капустой с картофелем сметаной 200/15 (№57 ст.121)	220	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/20 (67	220
	Капуста тушеная №336 ст.286	140	Биточки из говядины №282 ст.256	80	Шницель рубленный из говядины №282 ст.256	80	Запеканка картофельная с мясом №291 стр 261	140	Жаркое по домашнему №276 стр 253	210
	Шницель из говядины №282 ст.256	80	Пюре картофельное с морковью №322 ст.281	150	Свекла тушеная в сметанном соусе №340 ст288	150	Кисель из повидла № 383 стр 307	180	Компот из сухофруктов №376 стр 304	180
	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст.377	180	Напиток из подов шиповника №398 стр 314	180	Кисель из концентрата на плодовых экстрактах№883 ст.377	180	Икра свекольная №53 ст 117	50	Хлеб ржаной	50
	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	55	Хлеб ржаной	50		
	Хлеб пшеничный	20	Капуста квашенная	60	Овощи соленые	50	Хлеб пшеничный	30		
	Ккалл за обед	**679,43**	**Ккалл за обед**	**589,66**	**Ккалл за обед**	**628,7**	**Ккалл за обед**	**650,21**	**Ккалл за обед**	**648,15**
	итого обьем за обед	**665**	**итого обьем за обед**	**700**	**итого обьем за обед**	**735**	**итого обьем за обед**	**670**	**итого обьем за обед**	**660**
	% от общей каллорийности	**35**	**% от общей каллорийности**	**32,1**	**% от общей каллорийности**	**33**	**% от общей каллорийности**	**31,8**	**% от общей каллорийности**	**34,1**
полдник	Омлет натуральный № 215 стр 219	130	Котлета рубленная из ЦБ №305 ст 271	80	Котлеты рыбные любительские № 256 стр 240	80	Запеканка из творога со сгущенным молоком 120/30 (237 ст229)	170	Пюре из бобовых и картофеля №411 стр 177	130
	Кукуруза отварная №304 стр 128	60	Каша гречневая рассыпчатая с овощами №166 ст.182	135	Картофельное пюре №321 стр 280	150	Молоко кипяченое № 400 стр 315	180	Котлеты рыбные любительские №256 стр 240	80
	Сыр порциями №7 стр 97	15	Кисель из повидла №383 стр 307	180	Чай с сахаром №392 ст.312	180	Булочка сдобная №466 ст.350	50	Хлеб пшеничный	30
	Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	40			Чай с сахаром №392 стр 312	180
	Пирожок печенный сдобный с рисом и яйцом № 454 стр 342	60			Кондитерское изделие	30			Кондитерское изделие	30
	Чай с сахаром № 392 стр 312	180								
	Ккалл за полдник	**596,49**	**Ккалл за полдник**	**611,4**	**Ккалл за полдник**	**569,01**	**Ккалл за полдник**	**707,19**	**Ккалл за полдник**	**575,87**
	итого обьем за полдник	**470**	**итого обьем за полдник**	**425**	**итого обьем за полдник**	**480**	**итого обьем за полдник**	**400**	**итого обьем за полдник**	**450**
	% от общей каллорийности	**30,6**	**% от общей каллорийности**	**33,3**	**% от общей каллорийности**	**30**	**% от общей каллорийности**	**34,6**	**% от общей каллорийности**	**30,3**
	Всего за день ккалл	**1756,1**	**Всего за день ккалл**	**1654,46**	**Всего за день ккалл**	**1698,3**	**Всего за день ккалл**	**1841,7**	**Всего за день ккалл**	**1708,5**
	Всего за день обьем блюд	**1725**	**Всего за день обьем блюд**	**1725**	**Всего за день обьем блюд**	**1805**	**Всего за день обьем блюд**	**1695**	**Всего за день обьем блюд**	**1705**

химический состав блюд за весь день					
	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	С
1 день	67,64	57,21	281,39	1944,7	46,02
2 день	66,35	61,6	250,6	1798	164,1
3 день	59,45	57,8	255,98	1736,5	57,52
4день	55,5	61,1	275,7	1809,43	49,03
5 день	71,05	70,86	231,98	1771,91	114,29
6 день	70,44	64,03	288,74	2007,53	115,37
7 день	58,01	51,834	278,12	1855,21	57,7
8день	58,25	60,32	245,92	1707,8	83,3
9 день	77,61	76,62	247,3	2092,4	80
10 день	62,07	69,86	255,79	1834,1	46,9
среднее за 10 дней	64,637	63,1234	261,152	1855,76	81,423

Труфанова Наталья Григорьевна

Digitally signed by Труфанова Наталья Григорьевна
Date: 2021.02.11 10:48:34 +03'00'