Утверждаю: Директор МБОУ "Амгино - Олекминская СОШ "

\ Янкова О Ю \

12 – дневное МЕНЮ для организации горячего питания школьников
МБОУ «Амгино – Олекминская средняя общеобразовательная школа»
на 2021– 2022 учебный год

Название блюда и продуктов	Выход Блюда гр.	Химический состав												
		Белки ,г.	Жиры ,г.	Углеводы ,г.	Энергетическая ценность Ккал,	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг)			
						B1	B2	C	A	E	CA	P	Mg	Fe
1 день завтрак														
Каша ячневая жидкая	**200**	**4.39**	**4.20**	**28.30**	**169.0**	**0,08**	**0.03**	**-**	**-**		**37.0**			**0.80**
крупа ячневая	44													
молоко	130													
масло сливочное	4													
сахар	4													
вода	50													
Чай с сахаром	**200**	**0,05**	**0,01**	**4,95**	**17,5**						**0,13**			**0,01**
Сахар	10													
чай	0,6													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**

масло сливочное	10													
хлеб	90													
Обед														
Борщ на тушенке	**100**													
тушенка	40	**16.8**	**17**	**0.2**	**220**	**0.02**	**0.15**	**14**		**0.4**	**284**	**178**	**19**	**2.4**
борщ	36	**7.042**	**14.581**	**4.75**	**178.396**									
картофель	16													
лук репчатый	8													
Рожки отварные с тушенкой	**200**	**18.65**	**17.78**	**22.17**	**343.87**	**0.04**	**0.01**				**6.21**			**0.49**
Тушенка в\с	40	**16.8**	**17**	**0.2**	**220**	**0.02**	**0.15**	**14**		**0.4**	**284**	**178**	**19**	**2.4**
Масло растит	**10**													
Рожки отварные	**150**	**3.65**	**2.78**	**22.17**	**130.87**	**0.04**	**0.01**				**6.21**			**0.49**
Салат зеленый горошек с луком	**60**	**1.57**	**5.08**	**3.9**	**67**	**0.05**	**0.04**	**3.2**			**12.3**			**0.4**
Зеленый горошек	77													
лук	10													
масло растительное	5													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**80.07**	**112.91**	**160.09**	**1999.33**									
2 день завтрак														

Каша овсяная из«Геркулеса»	**250**	**10.20**	**12.3**	**44.5**	**330**			**0.63**			**171.68**			**2.08**
крупа	55													
Молоко стерилизованное 3.2%	123													
сахар	6													
масло сливочное	7													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Суп картофельный с макаронными изделиями	**100**	**1.07**	**1**	**7.53**	**44.67**	**0.03**	**0.02**	**2.64**			**5.48**			**0.35**
говядина	40													
картофель	30													
лук репчатый	4													
вермишель	10													
морковь	4													
масло растительное	3													
Гречка отварная с тушенкой	**180**	**5.7**	**11.4**	**40.1**	**285.4**									
Гречка	90													
Тушенка в\с	40	**16.8**	**17**	**0.2**	220	0.02	0.15	14		0.4	284	178	19	2.4

Лук репчатый	10													
Салат из огурцов с луком	**100**	**0.86**	**5.11**	**2.61**	**59.8**	**0.02**		**5.55**			**23.28**	**28.24**	**13.44**	**0.61**
Огурцы	81													
лук	15													
Масло растительное	5													
Какао на молоке сгущенном	**100**	**1.75**	**1.7**	**9.8**	**60**	**0.01**	**0.06**	**0.08**			**53.58**		**-**	**-0.41**
Какао (порошок)	2													
вода	89.5													
Молоко сгущенное	19													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
Итого за день		**52.43**	**115.32**	**204.89**	**1550.65**									
3 день завтрак														
Каша манная	**100**	**4.08**	**5.12**	**16.92**	**130**	**0.05**	**0.13**	**0.46**			**105.81**			**0.25**
Крупа манка	15.6													
молоко	79,2													
Масло сливочное	2.8													
сахар	2.4													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													

хлеб	90													
обед														
Суп гороховый с мясом	**300**	**6.59**	**5.28**	**16.33**	**134.75**			**6.97**			**8.08**	**87.18**	**42.36**	**2.436**
Говядина отварная	158	**18.9**	**12.4**		**187**									
лук репчатый	12													
масло растительное	6													
морковь	12													
картофель	90													
горох	24													
вода	200													
Плов мясной	**300**	**28.28**	**23.4**	**27.94**	**428.68**			**1.34**			**45.22**	**410.52**	**73.76**	**1.06**
рис	68													
мясо	100													
Томат паста	16													
масло растительное	10													
лук репчатый	10													
морковь	16													
соль	8													
Компот из сухофруктов	**200**	**0.96**	**0**	**51.36**	**196.72**			**1.64**			**38.96**	**63.88**	**30.64**	**1.08**
с\ фрукты	28													
сахар	10													
вода	190													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Пряники	**50**	**3.84**	**3.06**	**48.75**	**237.9**						4.5			0.3
Итого за день		73.77	83.74	234.7	1967.75									

				5									
4 день завтрак													
Каша рисовая молочная вязкая	**200**	**6.1**	**10.3**	**24.1**	**182**			**0,13**					
крупа рисовая	44.4												
молоко	120												
масло сливочное	5												
сахар	7												
соль	2												
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**		**0.01**
Чай	0.2												
сахар	5												
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**		**2.04**
масло сливочное	10												
хлеб	90												
обед													
Суп из рыбных консервов	**250**	**16.11**	**9.15**	**21.28**	**237.63**			**12.15**					
Консервы рыбные в собственном соку	40												
картофель	70												
морковь	16												
лук репчатый	8												
Крупа рисовая	5												
масло сливочное	3.75												
Укроп или петрушка	1.75												
Пюре картофельное	**200**	**4.08**	**7.04**	**26**	**186.96**	**0.14**	**0.14**	**6.92**			**48.54**		**1.42**

картофель	172.2													
молоко	30.4													
Масло сливочное	3.5													
Салат из морской капусты с луком	**60**	**1**	**7.85**	**5.38**										
Салат из морской капусты	50													
лук	10													
Кисель из концентрата на ягодных экстрактах	**200**			**20**	**76**						**0.48**			**0.06**
кисель	24													
сахар														
вода	190													
Йогурт	100	3.2	2.5	16	99	0.03	0.15	0.6	0.02	0.2	119	91	14	0.1
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**38.41**	**68.82**	**170.21**	**1334.33**									
5 день завтрак														
Каша гречневая	**250**	**8.73**	**13.03**	**31.25**	**277.98**			**1.13**			**230.6**			**1.88**
крупа гречневая	25													
молоко	187													
сахар	7.5													
масло сливочное	7.5													
Вода	30													
Чай с молоком	**200**	**1.4**	**1.6**	**16.4**	**86**						**33**	**67.5**	**10.5**	**0.4**
чай	0,8													
сахар	15													
молоко	50													

Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
			обед											
Суп рагу из овощей	**200**	**18.72**	**22.72**	**18.8**	**355.2**	**0.08**	**0.16**	**11.32**			**46.78**			**2.84**
картофель	54													
морковь	40.8													
лук	24													
капуста	50													
Томат паста	12													
Масло сливочное	10													
Масло растительное	6.4													
Мясо говядина	72													
Гречка отварная	**150**	**0.51**	**85.55**	**0.83**	**775.17**						**121.48**	**19.69**	**1.27**	**1.07**
Гречка	**91.8**													
Масло сливочное	**7**													
соль	**2**													
Колбаса отварная	**80**	**13.76**	**12.48**	**0.16**	**167.2**	**0**	**0.128**	**23.2**			**23.2**			**1.36**
Булочки	**100**	**2.8**	**4,69**	**30.43**	**127.61**						**8.69**		**2.58**	**0.36**
мука	66													
Дрожжи	2.02													
Сахар	12													
Яичный порошок	1.2													
Масло сливочное	12													
соль	1.2													
Масло растит	6													

Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Салат из свежей капусты с морковью	**100**	**1.99**	**9.12**	**12.78**	**141.18**			**26.5**			**64.5**	**24**	**42.48**	**0.78**
Капуста	118.35													
морковь	15													
Масло растительное	15													
лук	7.5													
Сахар	7.5													
соль	0.375													
Итого за день		**112.31**	**160.95**	**165.3**	**2227.84**									
6 день завтрак														
Каша манная	**250**	**7.88**	**15.75**	**36.08**	**317.6**			**1.13**			**232.06**			**0.44**
Крупа манка	36.25													
молоко	208.75													
сахар	6.25													
Масло сливочное	12.5													
Чай с молоком	**200**	**1.4**	**1.6**	**16.4**	**86**						**33**	**67.5**	**10.5**	**0.4**
чай	0,8													
сахар	15													
молоко	50													
Бутерброд с	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**

маслом														
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Суп с клецками	**300**	**24**	**3.6**	**17.4**	**111.99**	**0.09**	**0.06**	**7.92**			**15.54**			**0.62**
картофель	90													
лук	12													
морковь	12													
Масло растительное	3													
Мука	60													
Яичный порошок	9													
Масло сливочное	0.3													
Жаркое по домашнему	**300**	**22.5**	**24.201**	**24.399**	**405.99**	**0.009**	**0.006**	**1.92**			**9.561**			**0.42**
Говядина	189.99													
картофель	144													
лук	18													
Масло растительное	6.99													
Томат паста	3.99													
Салат свекольный	**60**	**0.85**	**3.62**	**4.98**	**55.89**	**0.01**	**0.02**	**4.01**			**21.36**	**24.48**	**12.47**	**0.80**
свекла	64.7													
Масло растительное	4													
Сок ягодный	**150**	**0,75**	**0**	**15.21**	**63.86**	**0,02**	**0.02**	**3.01**		**0.15**	**10.54**	**10.54**	**6.02**	**2.11**
ягоды	150													
сахар	15													

Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
масло сливочное	10													
Итого за день		**68.45**	**83.241**	**182.9 69**	**1676.53**									
7 день завтрак														
Каша из крупы «Геркулес»	**250**	**10.2**	**12.3**	**44.5**	**330**			**0.63**			**171.6 8**			**2.08**
Хлопья геркулес	55													
Молоко стерилизованное	123													
сахар	6													
масло сливочное	7													
вода	82.5													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Суп вермишелевый	**250**	**2.68**	**2.83**	**17.14**	**104.7**	**0.11**	**0.06**	**8.25**			**24.6**			**8.25**
Вермишель ,лапша ,фигурные изделия.	22													
морковь	14													
Лук репчатый	14													
Масло растительное	5													
вода	240													

Мясо или кура	61.1													
Салат из свежих помидоров	**100**	**1.13**	**6.19**	**4.72**	**79.1**	**0.06**		**20.42**	**00**		**17.58**	**32.88**	**17.79**	**0.84**
помидоры	72													
лук репчатый	24.2													
масло растительное	6													
Сок фруктовый	**150**	**0,75**	**0**	**15.21**	**63.86**	**0,02**	**0.02**	**3.01**		**0.15**	**10.54**	**10.54**	**6.02**	**2.11**
фрукты	150													
сахар	15													
Макароны отварные с сосисками	200	**7.36**	**6.02**	**35.26**	**224.6**	**0.08**			**28**		**6.48**	**49.56**	**28.16**	**1.48**
Макароны	**68**													
Масло сливочное	7													
Сосиски	**100**	**10.1**	**21.3**	**0.86**	**234**	**0.03**	**0.07**	**0**			23.14			**1.63**
Масло растительное	4.3													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**43.34**	**83.12**	**191.14**	**1688.96**									
		8 день завтрак												
Каша манная	**250**	**7.88**	**15.75**	**36.08**	**317.6**			**1.13**			**232.06**			**0.44**
Крупа манка	36.25													
молоко	208.76													
сахар	6.25													
Масло сливочное	12.5													
Чай с молоком	**200**	**1.4**	**1.6**	**16.4**	**86**						**33**	**67.5**	**10.5**	**0.4**
чай	0.8													

сахар	15													
молоко	50													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне птицы	**250**	**2.69**	**2.84**	**17.14**	**104.75**	**0.11**		**8.25**	**0**		**24.6**	**66.65**	**27.0**	**1.09**
картофель	75													
Макаронные изделия	10													
Лук репчатый	10													
Масло растительное	2.5													
бульон	188													
Гречка отварная с мясом птицы	**150**	**0.51**	**85.55**	**0.83**	**775.17**						**121.48**	**19.69**	**1.27**	**1.07**
гречка	**91.8**													
Масло сливочное	**7**													
соль	**2**													
Птица отварноя	**100.3**	**16.88**	**10.88**		**165**	**0.03**			**16.0**		**31.2**	**114.4**	**16.0**	**1.44**
лук	**2.1**													
Салат огуречный	**100**	**0,76**	**6.09**	**2,38**	**67.3**	**0.03**		**9.5**			**21.85**	**40.02**	**13.3**	**0.57**
огурцы	95													
масло	6													

растительное														
Компот из сухофруктов	**200**	**0.96**	**0**	**51.36**	**196.72**			**1.64**			**38.96**	**63.88**	**30.64**	**1.08**
с\ фрукты	28													
сахар	10													
вода	190													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**42.15**	**157.18**	**192.69**	**2347.74**									
9 день завтрак														
Каша из крупы «Геркулес»	**250**	**10.2**	**12.3**	**44.5**	**330**			**0.63**			**171.68**			**2.08**
Хлопья геркулес	55													
Молоко стерилизованное	123													
сахар	6													
масло сливочное	7													
вода	82.5													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Борщ с мясом	**250**	**2.65**	**2.92**	**14.31**	**95.29**	**0.06**	**0.07**	**11.38**			**60.87**			**1.33**
говядина	22													

свекла	40												
капуста белокочанная	26.3												
картофель	36.9												
лук репчатый	10												
морковь	10												
томат	3												
масло растительное	5												
вода	193												
сметана	7												
Рис отварной	200	**11.64**	**19.48**	**100**	**621.9**					**187.68**	**522.78**	**153.62**	**1.78**
Рис	72												
Масло сливочное	9												
соль	1.5												
Тефтели из говядины	120	**14.42**	**15.28**	**11.42**	**241.67**	**0.08**	**0.14**	**3.54**			**42.92**		**2.38**
говядина	70												
хлеб	2												
молоко	13.3												
Лук репчатый	32.5												
Масло растительное	4												
сметана	10.8												
мука	3.3												
соус	41.7												
Какао на молоке	**200**	**5.72**	**5.76**	**38.42**	**218.98**			**1.92**			**179.42**	**179.02**	**26.06**	**0.92**
какао порошок	4												
сахар	10												

молоко	100													
вода	110													
Салат из свежих огурцов и помидоров	**100**	**0.7**	**7.4**	**2.9**	**81**	**0.02**	**0.02**	**13.88**			**16.03**			**0.43**
Помидоры	40													
огурцы	40													
лук	15													
Масло растительное	5													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**56.45**	**97.62**	**285**	**2241.54**									
10 день завтрак														
Каша гречневая	**250**	**8.73**	**13.03**	**31.25**	**277.98**			**1.13**			**230.6**			**1.88**
крупа гречневая	25													
молоко	187													
сахар	7.5													
масло сливочное	7.5													
Вода	30													
Чай с молоком	**200**	**1.4**	**1.6**	**16.4**	**86**						**33**	**67.5**	**10.5**	**0.4**
чай	0,8													
сахар	15													
молоко	50													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
обед														
Щи из свежей капусты с картофелем	**250**	**5.4**	**6.4**	**13.2**	**121**	**0.06**		**18.46**	**0**		**43.33**	**47.63**	**22.25**	**0.80**

капуста	50													
картофель	30													
морковь	10													
Лук репчатый	10													
Масло растительное	5													
бульон	200													
сметана	5													
мясо	70													
Макароны с тушенкой	**200**	**17.55**	**18.71**	**115.87**	**702.07**						**3.11**	**146.75**	**27.4**	**3.11**
Макароны	93.3													
Масло сливочное	4.7													
тушенка	**40**	**16.8**	**17**	**0.2**	**220**	**0.02**	**0.15**	**14**		**0.4**	**284**	**178**	**19**	**2.4**
Салат из зеленого горошка с луком	**100**	**4.5**	**4.5**	**4.2**	**69**	**0.02**	**0.04**	**2**			**27.0**			**0.8**
Зеленый горошек	120													
лук	10													
Масло растительное	5													
Кисель витаминизированный	**200**			**7.2**	**36**			**15**			**29.5**		**1**	
кисель	18													
вода	182													
Булочки сдобные	**100**	**2.8**	**4.69**	**30.43**	**127.61**						**8.69**		**2.58**	**0.36**
мука	60													
Дрожжи	2.6													
Сахар	12													
Изюм сушеный	12													

Яичный порошок	1.2													
Масло сливочное	12													
соль	1.2													
Масло растительное	6													
вода	28													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**68.25**	**100.4**	**287.25**	**2274.86**									
11 день завтрак														
Каша рисовая молочная вязкая	**200**	**6.1**	**10.3**	**24.1**	**182**			**0,13**						
крупа рисовая	44.4													
молоко	120													
масло сливочное	5													
сахар	7													
соль	2													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Бутерброд с маслом	**100**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2.04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
Обед														
Суп из рыбных консервов	**250**	**16.11**	**9.15**	**21.28**	**237.63**			**12.15**						
Консервы рыбные в собственном соку	40													

картофель	70													
морковь	16													
лук репчатый	8													
Крупа рисовая	5													
масло сливочное	3.75													
Укроп или петрушка	1.75													
Гречка отварная	**90**	**5.7**	**11.4**	**40.1**	**285.4**									
Салат из морской капусты с луком	**60**	**1**	**7.85**	**5.38**										
Салат из морской капусты	50													
лук	10													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**
Чай	0.2													
сахар	5													
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**40.08**	**73.19**	**169.26**	**1375.23**									
12 день завтрак														
Бутерброд с маслом с икрой	**170**	**8**	**33.4**	**47.6**	**528**	**0.16**	**0.1**	**-**			**27.24**			**2,04**
масло сливочное	10													
хлеб	90													
Икра кабачковая	70													
Чай с сахаром	**100**	**0.05**	**0.01**	**4.95**	**17.5**						**0.13**			**0.01**

	Обед													
Суп рагу из овощей	**200**	**18.72**	**22.72**	**18.8**	**355.2**	**0.08**	**0.16**	**11.32**			**46.78**			**2.84**
картофель	54													
морковь	40.8													
лук	24													
капуста	50													
Томат паста	12													
Масло сливочное	10													
Масло растительное	6.4													
Мясо говядина	72													
Плов мясной	**300**	**28.28**	**23.4**	**27.94**	**428.68**			**1.34**			**45.22**	**410.52**	**73.76**	**1.06**
рис	68													
мясо	100													
Томат паста	16													
масло растительное	10													
лук репчатый	10													
морковь	16													
соль	8													
Сок фруктовый	**150**	**0,75**	**0**	**15.21**	**63.86**	**0,02**	**0.02**	**3.01**		**0.15**	**10.54**	**10.54**	**6.02**	**2.11**
Хлеб пшеничный	**50**	**3.07**	**1.07**	**20.9**	**107.2**	**0.13**				**0.34**	**0.01**		**14.1**	**1.05**
Итого за день		**58.87**	**80.6**	**135.4**	**1500.44**									

Химический состав рационов по дням недели

Дни недели	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая Ценность, ккал
1	80.07	112.91	160.09	1900.33
2	52.43	115.32	204.89	1550.65
3	73.77	83.74	234.75	1967.75
4	41.61	71.32	186.2	1433.33
5	131.02	183.67	184.1	2583.04
6	68.45	83.241	182.96	1676.53
7	43.34	83.12	191.14	1688.96
8	42.15	157.18	192.69	2347.74
9	56.45	97.62	285	2241.54
10	68.25	100.4	287.25	2274.86
11	40.08	73.19	169.26	1375.23
12	58.87	80.6	135.4	1500.44
итого	756.49	1242.31	2413.73	22639.4
Среднее за день	63.04	103.52	201.14	1886.61