

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа села Асмётовка Петровского района Саратовской области»
(МОУ ООШ с.Асмётовка)**

Утверждаю
Директор МОУ ООШ с. Асмётовка



В.В.Смирнов



**Примерное 10-ти дневное меню
горячих школьных завтраков , обедов и полдников для организации питания детей
в МОУ ООШ с. Асмётовка , согласно нормам потребления**

Возрастная категория: 11-17 лет

Неделя: первая

Возрастная категория: 11 -17лет

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ техн карт	прием пищи наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая ценность	витамины				минеральные вещества			
			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
194	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9.1	11.1	42.6	307	0.13	0.29	0.02	0.17	111.2	145.0	35.59	2.49
25	сыр порциями	20	4.64	5.9	0	72.80	0.006	0.32	0.05	0.08	200.0	108	10	0.22
	масло сливочное	30	0.1	7.2	0.1	66.00	0.00	0.28	0.00	0.10	2.2	1.9	0.3	0.02
287	Кофейный напиток на молоке	200	0.29	2.8	14.9	94	0,03	0.52	0.2	0.7	105.87	0.0	12.8	0.11
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,60
	Итого:	480	13.47	23.47	60.09	518.48	0.214	1.41	0.27	1.44	426.23	279.36	68.69	3.44
	Обед													
тتك	Нарезка из свежих огурцов	100	1.14	10.14	11.54	141.94	0.04	16.65	0.01	4.58	25.76	28.9	18.08	0.87
53\73	Щи из свежей капусты с картофелем бульон м\к	300	2,09	6,33	10,64	107,83	0,36	14,9	0,15	0,22	76,87	60,89	35,8	1,12
168	Пюре гороховое	200	19.7	7.6	46.3	336	0,44	0,02	0,007	0,54	56,08	132,76	649,58	4,47
96	Гуляш из отварной говядины	80	22.3	21.4	3.8	297	0.05	1.07	0,00	4,86	13.51	209,06	22.46	2.31
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	00.0	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	850	43.68	38.51	126.3	1028.99	1.014	42.79	5.179	8.24	264.47	543.59	769.22	14.54
	Полдник													
	Сок фруктовый	200	2,0	0,20	5,80	36,00	0,04	8,0	0,01	0,20	40,0	36,0	20,0	0,4
	Вафли	50	1,4	1,65	38,65	177,0	0,015	0,00	0,00	0,35	8,0	18,0	5,0	0,75
	Итого:	250	2.4	1.85	44.45	213.0	0.0055	8.0	0.01	0.55	48.0	54.0	25.0	1.15
	Итого:	1560	59.55	63.83	230.84	1760.47	1.2335	52.2	5.459	10.23	738.7	876.95	862.91	19.13

ВТОРНИК

Завтрак														
173	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45,0	263,80	0,12	0,195	0,00	0,48	38,64	202,75	52,93	4,48

	Яйцо куриное сваренное вкрутую	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,01	0,00	0,02	0,24	7,3	23,96	1,44	0,34
285	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	0,00	2,9	0,00	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
	Масло сливочное	30	0,1	7,2	0,1	66,00	0,00	0,28	0,00	0,10	2,2	1,9	0,3	0,02
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,60
	Итого:	450	32,44	29,35	87,01	709,54	0.228	3.665	0.003	1.62	89.2	134.05	98.23	6.93
	Обед													
27	Салат из свеклы с яблоками	60	0.7	4.0	5.9	62	0,01	3.16	0,00	5,04	18.32	31,86	10.14	1.04
58\73	Суп картофельный на м\к бульоне	250	8.7	6.7	18.4	170	0,11	5,35	0,01	1,36	18,38	119,18	28,95	1,59
92	Бефстроганов(мясо тушеное)	80\50	22.5	28.0	6.0	366	0.22	0.31	0,00	4,86	34.28	209,06	30.21	3.21
212	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	0,00	1,18	13,66	56,27	20,82	1,09
	Сок фруктовый	200	2,0	0,20	5,80	36,00	0,04	8,0	0,01	0,20	40,0	36,0	20,0	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	940	46.22	45.95	112.89	1066.61	0.684	26.87	5.022	13.86	160.44	546.04	146.56	11.51
	Полдник													
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0,0	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
	Пряник	50	1,74	2,39	28,50	158,0	0,09	0,10	0,00	0,60	32,13	56,19	18,67	0,8
	Итого:	250	1,74	2,39	56,39	271,79	0.1	0.25	0.01	2.28	88.58	74.5	25.53	2.39
	Итого:	1640	80.4	77.69	256.29	2047.94	1.012	30.785	5.035	17.76	338.22	754.59	270.32	20.83

СРЕДА

	Завтрак													
202	Запеканка рисовая с творогом , вареньем	180	10.6	4.4	62.7	333	0,05	1.7	0,0	0,11	43,37	00	32.63	1.02
	Кисломолочный продукт(йогурт порц)	125	5,60	6,38	8,18	112,52	0,08	1,4	0,04	0	240,0	180,0	28,0	0,2
287	Кофейный напиток на молоке	200	2.9	2.8	14.9	94	0,03	0.52	0,2	0,7	105.86	0,0	12.80	0,11
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,8	0,006	0,00	0,00	0,14	3,2	7,2	2,0	0,3
	Итого:	525	19.66	14.24	101.24	610.32	0.166	3.62	0.24	0.32	392.43	187.2	75.43	1.62
	Обед													
25	Салат из свеклы с р\м	60	1,2	5.9	5.1	78	0,03	3.52	0,0	0.03	21.86	00	14.36	0,87
59\73	Суп картофельный с макаронными издел.	250	4,08	3,11	21,76	131,59	0,11	5,33	0,07	1,1	44,13	161,88	32,20	2,26
127	Фрикадельки из кур	80	11,07	13.2	6.9	193	0,04	0,38	0,09	0,0	29.26	00	13.34	1.10

138	Картофельное пюре	180	3,7	5,9	24,0	166	0,14	8,54	0,02	0,26	45,72	98,62	32,32	1,32
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	00	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	940	26.21	28.91	120.25	867.68	0.424	25.89	5.202	4.29	237.12	401.38	139.24	11.32
	Полдник													
285	Чай с лимоном и сахаро	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	0,00	2,90	0,00	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
	Печенье	50	3,7	4,7	36,55	203,5	0,065	0,00	0,00	1,85	13,0	42,0	15,0	0,7
	Итого:	250	3,77	4,71	51,86	265,12	0.065	2.90	000	1.86	21.05	51.79	20.24	1.6
	Итого:	1735	49.64	47.86	273.35	1743.12	0.655	32.41	5.442	6.47	650.6	641.37	234.91	14.54

ЧЕТВЕРГ

	Завтрак													
78	Суп молочный с макаронными изделиям	250	5.5	5.2	19.9	148	0.06	0,65	0.08	0,16	135.61	92,52	18.01	0,39
	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72,8	0,006	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
	Масло сливочное	30	0,1	7,2	0,1	66,0	0,00	0,28	0,00	0,10	2,2	1,9	0,3	0,02
289	Какао с молоком	200	3.3	3.1	13.6	94	0,03	0.52	0,02	0,01	108.57	114,13	21.05	0,57
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,66
	Итого:	530	15.94	21.7	44.4	439.3	0.144	1.77	0.15	0.74	453.34	342.91	59.36	1.86
	Обед													
32	Салат из моркови	60	1,22	0,08	24,10	93,87	0,05	4,31	0,0	0,37	49,25	56,54	33,72	0,91
70	Суп рыбный (Уха рыб)	250	8,6	4.0	12.1	120	0,11	6.67	0,01	0.09	16.61	113,99	25.38	0.87
80	Рыба тушеная в томате с овощами	150	23.2	11.6	4.7	216	0, 21	2.53	0,00	0.17	30.19	113,54	41.66	0,97
140	Капуста тушеная	200	3.9	4.9	17.00	127	0,06	29.66	0,00	0,40	93.08	93,28	35.34	1,37
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0.1	31.2	121	0,07	0,29	0,01	1,68	14.62	18,31	8.5	0.92
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	900	43.12	21.38	123.5	857.17	0.614	53.46	5.102	3.93	239.55	489.33	181.04	9.22
	Полдник													
306	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	000	0,00	20.0	76	0,00	1,85	0,00	0,00	0,48	5,0	0,0	0,06
	Печенье	20	1,48	1,88	14,62	81,4	0,026	0,00	0,00	0,74	5,2	16,8	6,0	0,28
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	320	1.52	1.88	44.42	204.4	0.029	11.85	5.0	0.76	21.68	32.8	15.0	2.54
	Итого:		60.58	44.96	212.32	1500.87	0.787	67.08	10.252	5.43	714.57	865.04	255.4	13.62

ПЯТНИЦА															
	Завтрак														
191	Каша манная молочная жидкая		200	5.4	7.2	26.8	194	0,06	0,48	0,01	0,14	114.4	104,48	17.03	0.38
	Яйцо куриное отварное		40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,01	0,00	0,02	0,24	7,3	23,96	1,44	0,34
288	Кофейный напиток на молоке сгущенном		200	1.4	1.4	12.5	66	0,01	0,08	0,01	0,05	51.37	64,12	5.62	0,04
	Масло сливочное		30	0,1	7,2	0,1	66,0	0,00	0,28	0,00	0,10	2,2	1,9	0,3	0,02
	Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,60
	Итого:		510	14.38	20.7	50.48	447.3	0.128	0.86	0.04	0.92	182.23	220.82	34.39	1.38
	Обед														
	27	Салат из свеклы	60	0.7	4.0	5.9	62	0,01	3.16	0,00	5,04	18.32	31,86	10.14	1
	56\73	Борщ с капустой и картофелем	250	1.7	5.0	11.6	97	0,04	7.94	0,01	2,55	28.94	51,77	20.97	1
	104	Тефтели из говядины	80	10.8	16.7	13.4	248	0,06	1,17	0,00	0,51	34.55	92,0	24.42	1
	177	Каша рисовая рассыпчатая	150	4.3	4.7	44.1	240	0,04	0,19	0,00	0,28	5.48	39,7	129.94	0
	294	Компот из смеси сухофруктов	200	1,36	0,00	29,02	116,19	0,00	1,85	0,00	0,00	0,68	6,0	2,0	0
		Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	
		Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1
		Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	1
		Итого:	930	24.56	31.1	138.42	942.49	0.274	24.31	5.012	9.08	123.77	314.68	230.2	7
	Полдник														
тк	Сок фруктовый		200	2,00	0,20	5,80	36,00	0,04	8,0	0,01	0,20	40,0	36,0	20,0	0
	Печенье		50	3,70	4,70	36,55	203,50	0,065	0,00	0,00	1,85	13,0	42,0	15,0	0
	Итого:		250	5,70	4,90	42,35	239,50	0,105	8,00	0,01	2,05	53,0	78,0	35,0	
	Итого:		1640	44.64	56.0	231.25	1629.29	0.507	33.17	5.062	12.05	359	613.5	239.59	1

Возрастная категория: 11 -17лет

Возрастная категория: 11 -17лет

	Завтрак													
181	Каша рисовая молочная вязкая	200	5,2	7.2	36.1	231	0,06	0.45	0,02	0,17	105.29	94,67	30.22	0,49
2785	Яйцо куриное отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,01	0,00	0,02	0,24	7,3	23,96	1,44	0,34
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,00	0,00	0,28	0,00	0,10	2,2	1,9	0,3	0,02
285	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	0,00	2,90	0,00	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,60
	Итого:	480	17.49	25.21	62.59	552.72	0.124	3.95	0.09	0.99	329.8	264.68	57.2	2.57
	Обед													

25	Салат из свеклы с р\м	80	1.1	6.6	5.3	84	0,01	1.49	0,0	0.03	27.69	00	14.92	0,96
62	Суп картофельный с клецками	250	1.7	2.9	11.0	77	0,05	4.6	0,04	0,31	10.53	100,86	15,10	0.58
96	Гуляш из отвар говядины	60	16.9	17.5	3.7	240	0,05	1,07	0,00	0,49	13,51	192,0	22.46	2.31
138	Картофельное пюре	180	3.7	5.9	24.0	166	0,17	12.0	0,02	0,26	42,72	98,6	34,08	1,24
306	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	000	0,00	20.0	76	0,00	1,85	0,00	0,00	0,48	5,0	0,0	0,06
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	940	29.1	33.6	98.4	822.3	0.394	31.01	5.072	6.77	130.73	513.42	123	9.33
	Полдник													
287	Кофейный напиток на молоке	200	2.9	2.8	14.9	94	0,03	0.52	0,2	00	105.86	000	12.18	0.11
	Вафли	30	0,84	0,99	19,46	106,20	0,009	0,00	0,00	0,21	4,8	10,8	3,0	0,45
	Итого:	230	3.74	3.79	34.36	200.2	0.039	0.52	0.2	0.21	110.66	10.8	15.18	0.56
	Итого:	1690	49.93	60.3	193.65	1542.22	0.577	39.51	5.362	7.97	554.97	788.9	193.59	11.5

ВТОРНИК

	Завтрак													
196	Каша молочная Дружба	200	5.6	7.6	29.5	209	0,1	0,47	0,01	0,14	112.38	104,48	32.72	0,71
1	Бутерброд с маслом	40	2.4	8.6	14.6	146	0,05	0,00	0,06	0,26	8.1	17,0	9.9	0.62
	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72,80	0,006	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
289	Какао с молоком	200	3.3	3.1	13.6	94	0,03	0.52	0,02	0,01	108.57	114,13	21.05	0,57
	Итого:	460	15.94	25.2	57.7	521.8	0.186	1.31	1.14	0.49	429.05	343.61	73.67	2.12
	Обед													
ТТК	Огурцы свежие в нарезке	60	0.42	0.06	1.14	6.78	0,02	2.94	0,0	000	10.2	18.0	8.4	0.3
63	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	7.9	4.3	31.5	199	0,22	4.66	0,01	0,21	32.23	69,03	39.84	2.30
93	Бефстроганов из отварного мяса	60	16.0	12.7	3.2	191	0,03	0.06	0,00	4,86	10.18	209,06	19.16	2.11
173	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.4	6.8	45.4	288	0,31	0,00	0,01	0,17	16.88	89,98	159.54	5.47
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31.2	121	0,07	0,29	0,01	1,68	14.62	18,31	8.50	0.92
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,18
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	Итого:	920	41.78	24.56	144.66	980.27	0.694	19.51	5.012	6.46	105.97	485.74	265.38	14.5
	Полдник													
4	Бутерброд с повидлом	40\30	2.5	8.4	39.8	241	0,05	0,20	0,06	0,26	13.43	17,0	12.45	1.12
288	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	1.4	1.4	12.5	66	0,01	0,08	0,01	0,05	51.37	64,12	5.62	0,04
	Итого:	240	3.9	9.8	52.3	307	0.06	0.28	0.07	0.31	64.8	81.12	18.07	1.16
	Итого:	1620	61.62	59.56	254.66	1809.07	0.94	21.1	6.222	7.26	599.82	910.47	357.12	17.8

СРЕДА

	Завтрак														
194	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6.04	7.27	34.29	227.16	0.13	0.29	0.02	0.17	111.2	145.0	35.59	2.4	
	Печенье	50	3,70	4,70	36,55	203,50	0,065	0,00	0,00	1,85	13,0	42,0	15,0	0,7	
285	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62	0,00	2,90	0,00	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,6	
	Итого:	480	12.51	12.28	96.95	550.78	0.242	3.19	0.02	2.81	139.21	223.15	65.83	4.6	
	Обед														
13	Салат из свежих помидор	80	0.7	3.6	3.6	51	0,03	5.52	0,01	4,49	11.43	23,29	13.13	0,6	
53\73	Щи из свежей капусты с картофелем бульон м\к	250	2,09	6,33	10,64	107,83	0,36	14,9	0,15	0,22	76,87	60,89	35,8	1,1	
118	Рагу из птицы	200	14.3	17.3	14.0	269	0,09	10.52	0,05	3,63	34.60	228,62	41.35	2.5	
306	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	000	0,00	20.0	76	0,00	1,85	0,00	0,00	0,48	5,0	0,0	0,0	
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	14,40	78,00	0,064	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,8	
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	10,20	54,30	0,02	0,00	0,002	0,5	10,60	47,87	14,24	1,1	
	Фрукты	100	0,4	0,00	9,8	47,00	0,03	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2	
	Итого:	900	22.79	27.93	72.84	683.13	1.044	42.79	5.212	9.56	159.18	411.47	126.72	8.5	
	Полдник														
247	Оладьи с повидлом или с молоком сгущенным	100\20	9.0	8.4	49.7	311	0,1	0,48	0,017	1,32	130.83	138,3	21.46	0.7	
т\к	Сок фруктовый	200	2,00	0,20	5,80	36,00	0,04	8,0	0,01	0,20	40,0	36,0	20,0	0,4	
	Итого:	300	11.0	8.6	55.5	347.0	0.14	8.48	0.027	1.52	170.83	174.3	41.46	1.1	
	Итого:	1680	46.3	48.81	225.29	1580.91	1426	54.46	5.259	13.89	469.22	808.92	234.01	14.3	

ЧЕТВЕРГ

	Завтрак														
78	Суп молочный с макаронными изделиям	250	5.5	5.2	19.9	148	0.06	0,65	0.08	0,16	135.61	92,52	18.01	0,3	
	Масло сливочное	30	0,1	7,2	0,1	66,00	0,00	0,28	0,00	0,10	2,2	1,9	0,3	0,0	
299	Какао с молоком	200	3.3	3.1	13.6	94	0,03	0,52	0,02	0,02	108.57	000	21.05	0,5	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	10,80	58,50	0,048	0,00	0,00	0,39	6,96	26,36	10,0	0,6	
	Итого:	510	113	15.8	44.4	366.5	0.138	1.97	0.1	0.67	253.34	120.78	49.36	1.5	
	Обед														
ТТК	Огурцы свежие в нарезке	60	0.42	0.06	1.14	6.78	0,02	2.94	0,0	000	10.2	18.0	8.4	0,0	
56	Борщ с капустой и картофелем	250	1.7	5.0	11.6	97	0.04	7.94	0.04	000	28.94	000	20.97	0.9	
86	фрикадельки рыбные	80	11.1	5.7	6.4	122	0,08	0.53	0,00	0,0	34.7	000	28.35	0,7	
138	Картофельное пюре	200	3.7	5.9	24.0	166	0,17	12.0	0,02	0,26	42,72	98,6	34,08	1,4	

