

«Согласовано»
Директор Муниципального автономного
образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №2»
Мочалова Ж.В. /

« 30 » 2024г.



«Утверждаю»
Генеральный директор ООО «Лесторг»
Сурин С.М. /

« 30 » 2024г.



Примерное 10-ти дневное меню для организации горячего питания обучающихся
1-4 классов Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №2» р.п. Крестцы
завтрак на 2024-2025 учебный год.

Возрастная группа 7-11 лет
Осенне-зимний период

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: понедельник

Неделя: 1

Завтрак														
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
175/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из смеси круп	200	5,44	6,62	31,04	206,14	0,12	0,24	40,17	0,15	153,9	136,76	33,54	0,75
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,87	3,8	16,09	115,45	0,04	0,3	20,12	0,01	145,45	116,2	31	1,01
	Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	118	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Пряник	40	2,9	4,7	25	105	0,08	0	0	0,7	12	45	7	0,6
Итого за Завтрак		505	18,88	19,98	91,11	599,02	0,31	0,65	103,49	1,5	452,76	407,32	90,34	3,32
Обед														
49/М/ССЖ	Салат витаминный	60	1,28	3,11	3,9	48,91	0,04	16,2	209,9	1,43	23,05	28,57	13,01	0,42
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	3,99	4,91	14,64	119,13	0,16	9,45	165,14	1,6	12,68	56,67	16,94	0,78
619,00	Печень тушеная	90	12,48	11,04	2,82	136,79	0,16	14,48	4,89	0,76	172,68	210,00	15,65	11,32
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	0,09			0,7	14,5	75	23,5	1,95
Итого за Обед		790	31,11	23,41	107,65	744,73	0,75	40,7	392,73	6,26	267,42	576,47	198,09	19,14

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: вторник

Неделя: 1

Завтрак														
256/М/ССЖ	Мясо тушеное (свинина)	90	13,64	14,71	2,66	201,9	0,60	2,65	109,5	0,6	16,7	149,46	18,40	0,98
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,42	7,8	23,82	179,64	0,18	28,06	55,4	0,22	40,8	101,1	35,11	1,31
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	печенье	40	0,4	0,4	9,8	121	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2
Итого за Завтрак		510	19,40	23,27	62,36	609,70	0,86	5,6	165,4	1,48	90,32	316,34	81,85	6,56
Обед														
99/К/ССЖ	Салат Осенний	60	1,08	4,15	7,64	72,47	0,05	8,8	241,28	1,86	15,3	34,22	16,13	0,65
88,00	Щи из св.капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	210	4,0	6,37	9,60	112,7	0,16	31,49	236,46	1,54	45,46	69,29	24,38	0,93
234/М/ССЖ	Биточки рыбные с соусом белым, 90/30	120	12,74	3,04	11,83	126,27	0,12	0,37	14,70	0,97	39,71	185,96	44,90	1,02
415/К/ССЖ	Рис припущенный	150	3,44	4,6	32,74	186,57	0,06	4	429,5	0,35	18,42	87,85	31,3	0,78
348/М/ССЖ	Компот из кураги, 200/11	200	0,78	0,05	18,63	78,69	0,02	0,6	87,45	0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за Обед		780	25,20	18,61	99,76	670,7	0,47	45,26	1009,39	6,1	152,42	434,02	145,66	4,69

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: среда
Неделя: 1

Завтрак														
753	Макароны отварные с сыром	200	11,77	10,10	34,0	282,60	0,08	0,1	0,07	1,00	207,00	167,00	20,00	1,0
376/М/ССЖ	Чай с сахаром	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	0,09			0,7	14,5	75	23,5	1,95
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	20	0,4	8	28	42	0,6
Итого за Завтрак		550	16,77	11,22	85,87	523,01	0,21	10,20	20,6	2,10	234,78	278,2	89,90	4,4
Обед														
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	4,1	2,95	52,9	0,02	22,1	201,44	1,85	26,84	20,69	11,55	0,37
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	6,57	4,05	15,42	124,7	0,29	9,4	165,52	1,08	26,12	84,82	29,45	1,74
642,00	Плов с мясом	240	21,61	13,14	43,74	358,42	0,15	6,5	28,0	0,55	36,09	189,33	53,93	1,87
342	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69	0,01	4	2	0,08	6,73	4,4	3,6	0,91
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99	0,09			0,7	14,5	75	23,5	1,95
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за Обед		790	35,79	22,45	116,15	791,71	0,62	42,03	396,96	4,78	119,48	409,04	135,23	7,64

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

День: четверг

Неделя: 1

Завтрак														
294/М/ССЖ	Биточки из курицы с маслом сливочным, 90/5	95	13,58	10,57	11,29	192,29	0,09	1	38,6	0,79	14,92	131,83	20,33	1
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	3,24	15,82	105,04	0,04	0,3	20		140,54	90	14,05	0,13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Пряник	40	2,9	4,7	25	105	0,08	0	0	0,7	12	45	7	0,6
Итого за Завтрак		515	27,44	22,17	95,16	631,0	0,5	1,3	71,40	2,35	187,35	460,92	155,87	6,28
Обед														
58/К/ССЖ	Салат морковный	60	0,78	5,06	4,14	65,95	0,04	3	1200	2,44	17,3	33,33	22,87	0,43
225,00	Суп картофельный с рыбой	250	5,76	4,76	10,50	118,72	0,09	15,50	0,01	0,70	25,32	140,56	36,84	1,00
292/М/ССЖ	Жаркое по-домашнему (курица)	240	21,85	15,73	30,54	347,77	0,3	37,9	19,34	3,31	32,75	276,31	62,03	2,49
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
Итого за Обед		820	33,82	26,33	97,90	763,78	0,6	57,00	1219,4	8,22	117,60	551,90	164,79	6,40

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: пятница

Неделя: 1

Завтрак														
668	Тефтели с/с 90/30	120	11,20	20,13	12,88	242,5	0,22	0,95	30,04	2,1	21,66	85,54	17,35	0,89
415/К/ССЖ	Рис припущенный	150	3,44	4,6	32,74	186,57	0,06	4	429,5	0,35	18,42	87,85	31,3	0,78
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	20	0,4	8	28	42	0,6
Итого за Завтрак		600	18,08	25,59	92,70	632,26	0,37	17,85	480,04	3,26	64,86	256,17	109,99	4,34
Обед														
90	Салат из отварной свеклы с р/м	60	0,84	3,6	5,0	69,00		3,99		1,62	21,27	24,37	12,4	0,78
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупя перловая) на курином бульоне	200	3,69	3,92	13,36	103,98	0,17	13,35	166,26	1,07	16,31	70,21	22,35	0,91
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	90	10,85	9,61	3,41	141,52	0,06	2,25	7,98	2,29	9,59	103,08	13,57	0,59
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,42	7,8	23,82	179,64	0,18	28,06	55,4	0,22	40,8	101,1	35,11	1,31
348/М/ССЖ	Компот из кураги, 200/11	200	0,78	0,05	18,63	78,69	0,02	0,6	87,45	0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
Итого за Обед		770	24,42	25,72	98,31	726,23	0,54	48,25	317,09	6,97	130,20	400,46	126,50	6,07

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: понедельник

Неделя: 2

Завтрак														
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8			59	0,1	1,2	1,9		0,02
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,63	9,35	35,36	256,71	0,23	0,24	45,5	0,52	170,21	214,22	23,74	1,66
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,87	3,8	16,09	115,45	0,04	0,3	20,12	0,01	145,45	116,2	31	1,01
	Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	118	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	печенье	40	0,4	0,4	9,8	121	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2
Итого за Завтрак		500	15,11	22,20	80,65	685,46	0,4	10,54	129,62	1,35	342,06	378,12	76,94	5,69
Обед														
45/М/ССЖ	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	4,1	2,95	52,9	0,02	22,1	201,44	1,85	26,84	20,69	11,55	0,37
82/М/ССЖ	Борщ из капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,46	7,25	7,74	110,63	0,13	15,09	175,5	1,95	38,72	59,58	20,63	0,99
256/М/ССЖ	Мясо тушеное (свинина)	90	13,64	14,71	2,66	201,9	0,60	2,65	109,5	0,6	16,7	149,46	18,40	0,98
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
348/М/ССЖ	Компот из кураги, 200/11	200	0,78	0,05	18,63	78,69	0,02	0,6	87,45	0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	118,8	0,1			0,84	17,4	90	28,2	2,34
Итого за Обед		810	31,70	30,47	109,51	825,85	1,15	40,44	586,72	7,04	144,21	525,96	207,77	9,35

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: вторник

Неделя: 2

Завтрак														
274/И	Соус болоньезе	90	12,9	10,32	1,72	151,48	0,45	3,72	149,5	0,13	12,43	135,62	20,03	1,99
202/М/ССЖ	Макаронные изделия отварные	150	5,53	4,78	35,29	206,4	0,09		29,5	0,8	11,94	44,83	8,11	0,82
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
338/М	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2
Итого за Завтрак		570	20,77	15,86	72,89	512,07	0,62	16,62	184,5	1,56	57,15	246,23	56,48	7,08
Обед														
90	Салат из отварной свеклы с р/м	60	0,84	3,6	5,0	69,00		3,99		1,62	21,27	24,37	12,4	0,78
101/М/ССЖ	Суп картофельный с рисом с курицей	200	5,36	6,49	13,97	136,03	0,25	10	169,26	1,5	13,75	77,76	21,71	0,85
292/М/ССЖ	Жаркое по-домашнему (курица)	240	21,85	15,73	30,54	347,77	0,3	37,9	19,34	3,31	32,75	276,31	62,03	2,49
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за Обед		770	33,48	26,61	102,18	784,14	0,68	52,49	188,6	8,20	110,00	480,14	139,21	6,60

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: среда

Неделя: 2

Завтрак														
54-1т	Запеканка творожная с соусом молочным 150/30	180	29,16	10,86	24,91	313,55	0,06	0,33	52,65	0,02	236,93	296,57	33,42	0,9
376/М/ССЖ	Чай с сахаром	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Пряник	80	5,8	9,4	50	210	0,16	0	0	0,1	24	90	14	0,1
Итого за Завтрак		500	38,32	20,68	105,28	662,96	0,28	0,43	53,19	0,68	275,4	429,61	65,02	2,62
Обед														
58/К/ССЖ	Салат морковный	60	0,8	3,1	4,1	47,97	0,03	3	1	1,6	16,9	33,19	22,84	0,42
95/М/ССЖ	Рассольник домашний на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	3,85	5,41	14,01	145,9	0,18	13,39	176,26	1,07	23,91	73,03	23,65	0,89
619,00	Печень тушеная	90	12,48	11,04	2,82	136,80	0,16	14,48	4,90	0,80	172,70	210,00	15,65	11,32
415/К/ССЖ	Рис припущенный	150	3,44	4,6	32,74	186,57	0,06	4	429,5	0,35	18,42	87,85	31,3	0,78
342/М/ССЖ	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69	0,01	4	2	0,08	6,73	4,4	3,6	0,91
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	118,8	0,1			0,84	17,4	90	28,2	2,34
Итого за Обед		810	27,23	25,33	117,57	792,73	0,60	38,87	613,86	5,22	265,22	533,27	138,44	17,46

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: четверг

Неделя: 2

Завтрак														
290/М/ССЖ	Гуляш из курицы	90	10,85	9,61	3,41	141,52	0,06	2,25	7,98	2,29	9,59	103,08	13,57	0,59
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	0,22		12,8	0,42	10,98	149,53	100,04	3,36
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	3,24	15,82	105,04	0,04	0,3	20		140,54	90	14,05	0,13
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	печенье	40	0,4	0,4	9,8	121	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2
Итого за Завтрак		510	22,18	16,88	72,42	595,92	0,40	12,55	45,78	3,33	185,8	398,61	150,76	7,5
Обед														
49/М/ССЖ	Салат витаминный	60	1,3	3,10	4,66	51,81	0,03	20,61	165,9	1,42	23,65	27,69	12,26	0,41
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	6,57	4,05	15,42	124,7	0,29	9,4	165,52	1,08	26,12	84,82	29,45	1,74
271/М/ССЖ	Котлеты домашние	90	12,55	9,24	11,25	179	0,19	1		0,63	14,47	131,11	25,03	1,46
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	150	3,42	7,8	23,82	179,64	0,18	28,06	55,4	0,22	40,8	101,1	35,11	1,31
348/М/ССЖ	Компот из кураги, 200/11	200	0,78	0,05	18,63	78,69	0,02	0,6	87,45	0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за Обед		770	29,42	24,97	107,92	767,24	0,82	59,67	474,27	5,1	147,27	446,4	144,90	7,40

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (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

День: пятница

Неделя: 2

Завтрак														
292/М/ССЖ	Жаркое по-домашнему (курица)	240	21,85	15,73	30,54	347,77	0,3	37,9	19,34	3,31	32,75	276,31	62,03	2,49
376/М/ССЖ	Чай с сахаром	200	0,2	0,02	11,05	45,41		0,1	0,5		5,28	8,24	4,4	0,85
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
338/М	Фрукт	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	20	0,4	8	28	42	0,6
Итого за Завтрак		570	25,23	16,58	77,41	548,58	0,39	48,00	39,84	4,13	54,73	357,55	122,53	5,11
Обед														
99/К/ССЖ	Салат Осенний	60	1,08	4,15	7,64	72,47	0,05	8,8	241,28	1,86	15,3	34,22	16,13	0,65
82/М/ССЖ	Борщ из капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной, 200/10	210	4,01	6,37	9,66	112,7	0,16	31,49	236,46	1,54	45,46	69,29	24,38	0,93
642,00	Плов с мясом	240	21,61	13,14	43,74	358,42	0,15	6,5	28,0	0,55	36,09	189,33	53,93	1,87
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,6		0,83	24,33	21,9	15,75	0,51
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	59,4	0,1			0,42	8,7	45	14,1	1,17
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,06			0,52	9,2	34,8	13,2	0,8
Итого за Обед		780	32,13	24,44	113,76	774,93	0,49	47,42	505,74	5,72	139,08	394,54	137,5	5,9