

"Утверждаю"
 Директор ГБОУ СОШ № 619

Байкова И.Г.

«11» февраля 2017 год

Главный Государственный Санитарный
 врач по Выборгскому и Калининскому
 районам Санкт-Петербурга

Сахарчук А.Ф.

«11» февраля 2017 год

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов
 горячего питания (завтрак и обед) для обеспечения питанием
 учащихся начальных классов ГБОУ СОШ №619
 Калининского района Санкт-Петербурга стоимостью 146,00
 рублей.**

Наименование	Выход, г.	Технологическая и нормативная документация /сборн	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
				Всего, г	Всего, г			Ca	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
I день															
Завтрак															
Каша "Янтарная"	220/7	2008	187	8,4	10,7	20,1	292,2	112,6	49,3	177,8	3,5	0,2	1,8	0,07	0,5
Чай с лимоном	200	2008	431	0,3	0,1	10,3	62	8	5	10	1	0	3	0	0
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	75	к/к	к/к	7,5	6	40	262,5								
Йогурт в индивидуальной промышленной упаковке	125	к/к	к/к	3,1	3,8	15,1	123,8								
Груши свежие	200	к/к	к/к	0,8	0	16,6	104								
Итого:				20,1	20,6	102,1	844,5	120,6	54,3	187,8	4,5	0,2	4,8	0,07	0,5
Обед															
Салат из соленых огурцов	100	2008	20	1,4	7,2	1,5	104	70	36	31	0,7	0,03	14	0,27	5

Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной	250/35	2008	84	11,6	9	6,6	169,6	46,2	32,2	111,4	2	0,07	22	0,2	0,3
Запеканка из печени с соусом сметанным	301/371	2008	120/50	16,4	24,1	12,4	377	16,9	20,8	214,5	5,2	0,18	11,7	5,2	6,9
Рис отварной	200	2008	325	4,8	6,2	41,6	263,9	3,9	24,7	79,3	0,8	0,03	0	0,07	0,4
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90								
Апельсины свежие	250	к/к	к/к	2,3	0	21	95								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Итого:				40,9	47,6	132,6	1242	137	113,7	436,2	8,3	0,31	47,7	5,74	12,6
Итого за день:				61,0	68,2	234,7	2086,5	257,6	168,0	624,0	12,8	0,5	52,5	5,8	13,1

2 День

Завтрак

Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	200/5	2008	331	7,5	5,4	42,6	259,8	14,9	9,5	48,9	1,09	0,08	0	0,04	1,09
Сосиски отварные	60	2008	254	6,7	10,1	0,2	159,6	21,6	12	97,2	1,2	0,12	0	0	0,24
Кофейный напиток	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107	61	7	45	1	0,02	1	0,01	0
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/25/5	2008	3	7,7	11,1	12,6	222,7	229,5	11,9	146,2	0,5	0,03	0	0,14	0,7
Апельсины свежие	300	к/к	к/к	2,7	0	25,2	114								
Итого:				26,1	27,9	103,0	863,1	327	40,4	337,3	3,79	0,25	1	0,19	2,03

Обед

Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	2008	48	3,9	15,1	7,2	224	168	24	111	1,7	0,02	6	0,05	6,7
Суп картофельный с горохом с говядиной	250/40	2008	99	14,5	9,2	19,6	243,4	62,8	50,8	212,6	2,54	0,18	6	0,21	0,5
Лзу из говядины	250	2008	260	18,2	17	23,1	402,5	32,5	52,5	256,3	3,8	0,15	8,7	0,01	5,1
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90								
Печенье сахарное	85	к/к	к/к	6,2	7,3	60,2	358,7								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Итого:				47,2	49,7	159,6	1461,1	263,3	127,3	579,9	8,04	0,35	20,7	0,27	12,3
Итого за день:				73,3	77,6	262,6	2324,2	590,3	167,7	917,2	11,8	0,6	21,7	0,5	14,3

3 День

21

Завтрак															
Каша геркулесовая жидкая	220/10	2008	189	8,5	9,6	23,8	231,5	166,1	58,2	207,3	2,8	0,1	1,4	0,06	0,3
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,2	4,3	8,1	113	252	29	189	2	0,08	3	0,02	0
Яблоки свежие	280	к/к	к/к	1,3	0	27	120								
Бутерброд с колбасой п/к и сыром	30/30/30/10	2008	5/3	11,8	15,1	12,8	247	143	14	132	1	0,06	0	0,08	0,8
Зефир	60	к/к	к/к	0,3	0	48	192								
Итого:				28,1	29,0	119,7	903,5	561,1	101,2	528,3	5,8	0,24	4,4	0,16	1,1

Обед															
Помидор и огурец свежий кусочком	50/50	к/к	к/к	0,9	0	5,5	19,5								
Рассольник Ленинградский со сметаной с говядиной	250/10/40	2008	91	12,1	12,5	19,2	222,6	45,2	38,2	143,4	1,56	0,1	8	0,21	0,3
Гуляш (из говядины)	75/75	2008	259	20,6	23,8	6,8	327	21	30	225	3	0,06	1,5	0,01	3,3
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	323	4,7	6,1	51,1	273,9	14,6	34,6	103,7	0,8	0,04	0	0,04	0,4
Компот из чернослива	200	2008	401	0,5	0,2	30,3	124	20	26	20	0,8	0,01	0	0	0,2
Мандарины свежие	210	к/к	к/к	1,7	0,6	10,5	84								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Итого:				44,9	44,3	152,5	1193,5	100,8	128,8	492,1	6,16	0,21	9,5	0,26	4,2
Итого за день:				73,0	73,3	272,2	2097,0	661,9	230,0	1020,4	12,0	0,5	13,9	0,4	5,3

4 День															
Завтрак															
Омлет с мясом	130	2008	217	16,3	20,3	3,2	288,6	93,6	22,1	248,3	3,9	0,08	0	0,3	4,7
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	60	к/к	к/к	4,9	4,1	32,6	210								
Чай с сахаром	200	2008	430	0,2	0,1	12	60	5	4	8	1	0	0	0	0
Помидор свежий кусочком	45	к/к	к/к	0,5	0	3,5	10,4								
Апельсины свежие	180	к/к	к/к	1,5	0,4	15,8	68,4								
Итого:				23,4	24,9	67,1	637,4	98,6	26,1	256,3	4,9	0,08	0	0,3	4,7

Обед															
Огурец свежий кусочком	60	к/к	к/к	0,5	0	3,3	8,4								
Борщ польский со сметаной с говядиной	250/10/30	2008	81	10,9	11,6	8,5	188	87	45	130	1,9	0,07	27	0,26	0,6
Рыба жирная (сайда)	120	2008	233	17,4	15,8	6,3	159,2	26,4	9,6	208,8	0,7	0	0	0,09	3,8
Соевые томаты	50	2008	364	0,6	2,5	3,2	37	3	4	8	0,2	0,01	1	0,09	0,1
Пюре картофельное	200	2008	335	2,9	5,4	22,3	141	47	29	85	1,1	0,14	5	0,04	0,2
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90								
Груши свежие	180	к/к	к/к	0,6	0	19,1	75,6								

Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Итого:				37,3	36,4	112,2	841,7	163,4	87,6	431,8	3,9	0,22	33	0,48	4,7
Итого за день:				60,7	61,3	179,3	1479,1	262	113,7	688,1	8,8	0,3	33	0,78	9,4

5 День

Завтрак

Каша пшеничная жидкая	220/7	2008	189	8,7	10,5	33,4	250,7	150,7	49,3	189,1	2,7	0,16	1,4	0,05	0,14
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	18,4	90								
Йогурт в индивидуальной промышленной упаковке	125	к/к	к/к	3,1	3,8	15,1	123,8								
Пряники с начинкой	80	к/к	к/к	3,3	1,8	40,6	272								
Апельсины свежие	250	к/к	к/к	2,2	0	19	95								
Итого:				17,3	16,1	126,5	831,5	150,7	49,3	189,1	2,7	0,16	1,4	0,05	0,14

Обед

Салат из вкашенной капусты	100	2008	40	1,6	5,1	6,7	83	49	15	28	0,7	0,02	27	0,03	2,3
Суп картофельный с макаронными изделиями (с мясом)	250/35	2008	100	11,9	7,9	18	209,2	34	36	128	1,4	0,12	8	0,2	0,35
Пудинг из говядины	100	2008	233	16,2	14,8	3,4	216	22	8	174	0,6	0	0	0,08	3,2
Соус сметанный	50	2008	371	0,7	2	3	34	12	2	11	0,07	0,01	0	0,01	0,1
Рис отварной	200	2008	325	4,8	6,2	41,1	263,9	3,9	24,7	79,3	0,8	0,03	0	0,07	0,4
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	27,8	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
Яблоки свежие	200	к/к	к/к	0,8	0	20,6	92								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Итого:				41,0	37,2	149,7	1171,6	141,9	101,7	443,3	4,27	0,2	35	0,4	6,85
Итого за день:				58,3	53,3	276,2	2003,1	292,6	151,0	632,4	7,0	0,4	36,4	0,5	7,0

6 День

Завтрак

Каша пшенная жидкая	220/7	2008	189	7,7	9,5	31,4	250,7	150,7	49,3	189,1	2,7	0,16	1,4	0,05	0,14
Чай с лимоном	200	2008	431	0,3	0,1	10,3	62	8	5	10	1	0	3	0	0
Бутерброд с колбасой п/к и сыром	30/30/30/10	2008	53	10,8	16,1	14,8	247	143	14	132	1	0,06	0	0,08	0,8
БиоЙогурт	100	к/к	к/к	3,5	3,2	6,5	69								
Яблоки свежие	300	к/к	к/к	1,2	0	33,9	138								

Итого:				23,5	28,9	96,9	766,7	301,7	68,3	331,1	4,7	0,22	4,4	0,13	0,94	
Обед																
Салат свеколка	100	2008	50	4,5	10,1	18,2	184	48	28	56	1,9	0,03	7	0,03	4,8	
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/50	2008	97/68	16,5	10,4	19,8	245	39	50	236	3,8	0,18	11	0,21	0,5	
Котлеты из птицы	120	2008	314	14,5	17	22,4	324	98,4	45,6	196,8	2,4	0,12	19,2	0,17	4,3	
Рагу овощное	200	2008	351/364	3,5	8,9	19,8	170	58,5	34,6	117	1	0,77	14,6	1,02	0,5	
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	30,1	115	7	4	4	1	0,01	2	0	0,1	
Апельсины свежие	300	к\к	к\к	2,1	0	28,2	114									
Батон обогащенный микроэлементами и витаминами	30	к\к	к\к	2,3	0,8	15,4	79,5									
Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	к\к	к\к	2,1	0,3	13,7	63									
Итого:				45,7	47,7	167,6	1294,5	250,9	162,2	609,8	10,1	1,1	53,8	1,4	10,2	
Итого за день:				69,2	76,6	264,5	2061,2	552,6	230,5	940,9	14,8	1,3	58,2	1,6	11,1	
7 День																
Завтрак																
Каша рисовая жидкая	220/7	2008	189	5,6	9,2	28,5	232,1	156,2	33,6	154,8	1,4	0,06	1,5	0,06	0,7	
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	100	к\к	к\к	8	6,9	49	350									
Апельсины свежие	250	к\к	к\к	2,3	0	17,1	95									
Кофейный напиток	200	2008	432	1,5	1,3	19,4	107	61	7	45	1	0,02	1	0,01	0	
Итого:				17,4	17,4	114	784,1	217,2	40,6	199,8	2,4	0,08	2,5	0,07	0,7	
Обед																
Салат из соленых огурцов	100	2008	20	1,4	10,2	1,8	104	70	36	31	0,7	0,03	14	0,27	5	
Щи по-уральски со сметаной с говядиной	250/10/40	2008	87	13,2	12,4	7,2	194,4	62,8	31,8	127,6	1,3	0,05	11	0,22	0,4	
Птица тушеная в сметанном соусе	150/50	2008	312/371	15,5	11,5	3,6	180	41	19	144	1	0,06	9	0,08	2,4	
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	323	4,8	6,1	50,1	273	14,63	34,6	103,7	0,8	0,04	0	0,04	0,4	
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90									
Груши свежие	200	к\к	к\к	0,8	0	21,4	84									
Батон обогащенный микроэлементами и витаминами	30	к\к	к\к	2,3	0,8	15,4	79,5									
Хлеб ржаной обогащенный микроэлементами	30	к\к	к\к	2,1	0,3	13,7	63									
Итого:				40,1	41,3	133,6	1067,9	188,43	121,4	406,3	3,8	0,18	34	0,61	8,2	
Итого за день:				57,5	58,7	247,6	1852	405,63	162	606,1	6,2	0,26	36,5	0,68	8,9	
8 День																
Завтрак																

Макароны отварные с сыром	170	2008	210	9	15,9	30,6	317,5	105,1	10,17	93,8	0,9	0,06	0	0,1	0,9
Бутерброд с колбасой п/к	30/30/5	2008	5	10,8	13,8	14,8	232	16	14	92	1,4	0,08	0	0	0,8
Чай с лимоном	200	2008	431	0,3	0,1	10,3	62	8	5	10	1	0	3	0	0
Йогурт в индивидуальной промышленной упаковке	125	к/к	к/к	3,1	3,8	15,1	123,8								
Груши свежие	230	к/к	к/к	0,9	0	24,6	96,6								
Итого:				24,1	33,6	95,4	831,9	129,1	29,17	195,8	3,3	0,14	3	0,1	1,7

Обед

Салат из вкашенной капусты	100	2008	40	1,5	5,1	7,7	83	49	15	28	0,7	0,02	27	0,03	2,3
Рассольник со сметаной с говядиной	250/10/40	2008	91	11,4	14,5	17,2	222,6	45,2	38,2	143,4	1,56	0,1	8	0,21	0,3
Пудинг рыбный	100	2008	251	14	7	8	150	60	14	220	0,8	0,06	0	0,04	0,6
Картофель отварной	200	2008	333	2,9	6,2	31,2	196	27,9	39,9	105,1	1,6	0,19	27,9	0,05	0,26
Компот из чернослива	200	2008	401	0,6	0,2	29,3	124	20	26	20	0,8	0,01	0	0	0,2
Апельсины свежие	260	к/к	к/к	1,3	0	19,3	87,4								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	35	к/к	к/к	2,5	0,9	15,5	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	35	к/к	к/к	2,2	0,4	13,8	64								
Итого:				36,4	34,3	142,0	1007	202,1	133,1	516,5	5,46	0,38	62,9	0,33	3,66
Итого за день:				60,5	67,9	237,4	1838,9	331,2	162,3	712,3	8,76	0,52	65,9	0,43	5,36

9 День

Завтрак

Омлет с сыром	130	2008	215	12,9	16,7	2,5	259	216	19	257	3	0,07	0	0,3	3,6
Какао с молоком	200	2008	433	3,9	2,5	20,4	134	121	14	90	1	0,04	1	0,01	0
Бананы свежие	270	к/к	к/к	5,5	0	49,7	215								
Бутерброд с колбасой п/к	30/40/10	2008	5	10,9	15	13	235	16	14	92	1,4	0,08	0	0	0,8
Печенье сахарное	100	к/к	к/к	6	14	85	325								
Итого:				39,2	48,2	170,6	1168	353	47	439	5,4	0,19	1	0,31	4,4

Обед

Помидор и огурец свежий кусочком свежий кусочком	60/60	к/к	к/к	1,2	0	3,9	21,1								
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной (с говядиной)	250/10/40	2008	79	3,2	5,6	10,1	112	52	25	58	1,3	0,05	11	0,22	0,2
Плов из птицы	250	2008	311	29,7	22,7	43,9	508	61,4	61,4	312,1	19,9	0,13	18,3	0,36	7,3
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90								
Яблоки свежие	300	к/к	к/к	1,2	0	30,9	138								
Печенье овсяное	90	к/к	к/к	5,1	13,4	55	385								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	40	к/к	к/к	2,7	1	16,3	85								

Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,3	0,5	14,2	66								
Итого:				45,4	43,2	194,7	1405,1	113,4	86,4	370,1	21,2	0,18	29,3	0,58	7,5
Итого за день:				84,6	91,4	365,3	2573,1	466,4	133,4	809,1	26,6	0,37	30,3	0,89	11,9

10 День

Завтрак

Каша манная	2207	2008	189	6,1	8,2	22,5	209	140,9	19,9	117	1,3	0,08	1,3	0,05	0,7
Чай с сахаром	200	2008	430	0,2	0,1	11	60	5	4	8	1	0	0	0	0
Слоба в индивидуальной промышленной упаковке	100	к/к	к/к	8	6,9	50	350								
Мандарины свежие	280	к/к	к/к	2,2	0	20,1	106,4								
Итого:				16,5	15,2	103,6	725,4	145,9	23,9	125	2,3	0,08	1,3	0,05	0,7

Обед

Салат из свеклы с черносливом	100	2008	49	3,2	14,2	12,1	208	53	37	76	1,8	0,06	7	0	4,8
Суп картофельный с макаронными изделиями с говядиной с томатом	250/30	2008	101	11,9	7,1	20	209,2	34	36	128	1,4	0,12	8	0,2	0,35
Свинина тушеная с капустой и яблоками	250	2008	269	16,1	29,5	5,7	409	75,6	44,8	184,8	2,8	0,4	19,6	0	4,6
Сок фруктовый в индивидуальной промышленной упаковке	200	2008	442	0	0	20,4	90								
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Апельсины свежие	300	к/к	к/к	2,5	0	19,6	88,1								
Пряники с начинкой	100	к/к	к/к	4	2	77	340								
Итого:				42,1	53,9	183,9	1486,8	162,6	117,8	388,8	6	0,58	34,6	0,2	9,75
Итого за день:				58,6	69,1	287,5	2212,2	308,5	141,7	513,8	8,3	0,66	35,9	0,25	10,45

11 День

Завтрак

Каша пшеничная жидкая	220/7	2008	189	8,7	9,5	29,4	250,7	150,7	49,3	189,1	2,7	0,16	1,4	0,05	0,14
Кофейный напиток	200	2008	432	1,5	1,3	19,5	107	61	7	45	1	0,02	1	0,01	0
Бутерброд с колбасой п/к и сыром	30/30/30/5	2008	53	2,7	16	12,5	235	142	14	132	1	0,06	0	0,08	0,8
Йогурт в индивидуальной промышленной упаковке	125	к/к	к/к	3,1	3,8	15,1	123,8								
Яблоки свежие	250	к/к	к/к	1	0	26,3	115								
Итого:				17,0	30,6	102,8	831,5	353,7	70,3	366,1	4,7	0,24	2,4	0,14	0,94

Обед

Помидор и огурец свежий кусочком	60/60	к/к	к/к	1,2	0	4,9	21,1								
Суп картофельный с горохом с говядиной	250/40	2008	99	14,5	11,2	18,6	243,4	62,8	50,8	212,6	2,54	0,18	6	0,21	0,5
Котлеты из птицы	120	2008	314	16,6	15,2	17	270	82	38	164	2	0,1	16	0,14	3,6
Соус томатный	50	2008	364	0,6	3,5	3,2	37	3	4	8	0,2	0,01	1	0,09	0,1
Макароны отварные	200	2008	209	5,3	7,2	41,5	252	5,2	9,1	46,8	1,04	0,08	0	0	1,04
Компот из кураги	200	2008	401	0,6	0,2	29,3	124	20	26	20	0,8	0,01	0	0	0,2
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	40	к/к	к/к	2,7	1	16,3	85								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,3	0,5	14,2	66								
Мандарины свежие	270	к/к	к/к	2,1	0	23,7	100,2								
Итого:				45,9	38,8	168,7	1198,7	173	127,9	451,4	6,58	0,38	23	0,44	5,44
Итого за день:				62,9	69,4	271,5	2030,2	526,7	198,2	817,5	11,3	0,6	25,4	0,6	6,4

12 День

Завтрак

Каша "дружба"	220/7	2008	190	6,8	11	29,5	246,4	200,2	37,4	189,2	0	0,11	2,2	0,09	0,2
Чай с лимоном	200	2008	431	0,3	0,1	14,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
Бутерброд с сыром и колбасой п/к	30/30/30/10	2008	513	10,8	9,7	17,8	251	16	14	92	1,4	0,08	0	0	0,8
Груши свежие	300	к/к	к/к	1	0	18,1	112								
Итого:				18,9	20,8	79,6	671,4	224,2	56,4	291,2	2,4	0,19	5,2	0,09	1

Обед

Помидор и огурец свежий кусочком	50/50	к/к	к/к	0,8	0	4,5	19								
Суп крестьянский с крупой с говядиной	250/40	2008	94	10,3	11,8	12,4	209,4	46,8	32,8	141,6	1,5	0,08	10	0,18	2,6
Рыба в томате с овощами	75/75	2008	231	13,2	7,2	6,2	154,5	37,5	24	225	1,1	0,09	4,5	0,5	3,9
Рагу из овощей	200	2008	351/364	3	6,8	10,5	137	45	27	89	1,2	0,6	12	0,8	0,5
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	26	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
Батон обогащенный микронутриентами и витаминами	30	к/к	к/к	2,3	0,8	15,4	79,5								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,1	0,3	13,7	63								
Апельсины свежие	300	к/к	к/к	1,8	0	17,1	99								
Итого:				34,1	27,0	105,8	892,4	150,3	99,8	478,6	4,5	0,79	26,5	1,49	7,5
Итого за день:				53,0	47,8	185,4	1563,8	374,5	156,2	769,8	6,9	1,0	31,7	1,6	8,5