

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий
 МБДОУ «Детский сад №94»
 Приказ № 1-п
 от «09» января 2019г
 Н.В. Чучманова

Примерное 10-дневное меню для питания детей 3-7 лет в МБДОУ «Детский сад №94»

Меню разработано с учетом функционирования МБДОУ «Детский сад №94» в режиме полного дня (12 часового пребывания). Это соответствует 95% от суточных норм питания, указанных в Приложении 10 к СанПиН 2.4.1.3049-13.

В меню предусмотрено:

- **5 приемов пищи:** завтрак, второй завтрак (дополнительный), обед, полдник и ужин;
- **суммарные объёмы блюд по приёмам пищи (в граммах) для детей от 3 до 7 лет:** завтрак (400-550), обед (600-800), полдник (250-350), ужин (450-600)
- **отсутствует повторение** одних и тех же блюд в один и тот же день и смежные дни.
- **не содержит запрещенные продукты**, указанные в Приложении № 9 к СанПиН 2.4.1.3049-13.
- **используются:** молоко и соль йодированные
- **кисломолочный напиток:** йогурт, варенец, ряженка, снежок, бифидок.

При составлении примерного 10-дневного меню использованы технологические карты из "Сборника технологических карт, рецептов блюд для детского питания"

1 неделя - понедельник

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					463,14					
54	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	5,6	5,8	35,86	222,66	0,06	0,06	1,14	77,68	1,74
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Сливочное масло	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
88	Сыр	6	1,4	1,8	1,6	22,26	0,002	0,02	0,09	52,8	0,04
96	Кофейный напиток на молоке	180	4,12	4,54	19,35	130,81	0,11	0,27	6,62	171,5	0,13
	Второй завтрак					18,8					
118	Яблоко	80	0,16	0,16	3,12	18,8	0,0	0,0	3,2	3,9	5,12
	Обед					603,17					
4	«Щи» со сметаной на мясном бульоне	250	13,12	10,45	57,7	121,65	0,07	0,05	24,67	64,75	0,77
33	Гуляш в соусе	80	6,8	4,56	3,2	79,68	0,05	0,12	0,51	12,02	3,03
63	Пюре картофельное	160	3,47	4,99	8,57	175,18	0,11	11,23	3,76	58,75	0,78
93	Компот из кураги с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,87					
105	Печенье, пряник	70	4,2	6,6	41,94	194,67	0,08	0,08	0,0	20,0	1,0
99	Кисломолочный напиток	180	5,4	5,76	7,56	106,2	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					454,93					
83	Каша манная молочная	230	6,0	6,4	30,6	282,9	0,06	0,07	0,11	125,4	0,4
116	Свекла отварная порционная	60	1,01	4,77	0,11	23,14	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
94	Чай сладкий	200	12,0	2,06	13,0	89,28	0,0	0,06	6,0	11,6	0,54
	Итого за день					1840,91					

1 неделя - вторник

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					502,43					
87	Каша геркулесовая молочная	250	8,0	10,25	35,5	245,2	0,12	0,25	1,13	238,52	1,13
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
97	Какао на молоке	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,1	0,04
	Второй завтрак					69,0					
98	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69,0	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
	Обед					652,75					
3	Рассольник со сметаной на мясном бульоне	250	4,23	2,38	15,3	118,43	0,13	0,10	9,12	53,25	1,10
26	Суфле из отварной курицы	100	20,9	17,9	4,4	236,6	0,11	0,2	0,71	56,09	1,33
62	Свекла тушеная	130	2,11	3,9	10,62	89,1	0,03	0,05	1,65	44,48	1,85
91	Кисель с витамином С	200	0,08	0,0	22,26	89,4	0,0	0,0	0,08	10,5	0,28
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					275,6					
104	Домашняя булочка	70	7,76	4,72	52,3	169,4	0,1	0,05	0,0	15,4	0,96
99	Кисломолочный напиток	180	5,4	5,76	7,56	106,2	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					450,09					
80	Вермишель в молоке	250	7,26	9,9	22,70	248,8	0,04	0,15	0,99	116,6	0,05
114	Яйцо отварное	20	2,6	2,4	2,0	32,40	0,0	0,0	0,0	0,20	0,0
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
95	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	Итого за день					1949,87					

1 неделя - среда

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					528,48					
72	Творожный пудинг (запеканка творожная)	150	19,14	13,33	20,73	287,63	0,07	0,35	0,59	216,7	0,96
114	Молоко сгущённое	6	0,42	0,47	0,57	8,1	0,01	0,02	0,06	18,42	0,01
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
96	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,12	0,3	7,36	19,62	0,14
	Второй завтрак					38,4					
118	Банан	60	0,04	0,01	5,04	38,4	0,0	0,0	3,2	3,9	5,12
	Обед					608,18					
6	Суп «Полевой» к/б со сметаной	250	3,03	2,03	16,5	115,1	0,13	0,07	8,85	47,75	1,15
32	Капуста тушеная с мясом «Бигус»	200	14,62	14,64	18,68	266,42	0,08	0,14	46,28	80,48	2,44
93	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					310,91					
102	Хлеб с повидлом	70	3,19	5,00	36,75	204,91	0,1	0,05	0,0	15,4	0,96
90	Молоко кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	106,0	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					455,03					
72	Каша молочная «Дружба»	250	7,9	10,22	32,9	283,0	0,10	0,25	1,13	229,7	0,67
116	Свекла отварная порционная	60	1,01	4,77	0,11	23,14	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
94	Чай сладкий	200	12,0	2,06	13,0	89,28	0,0	0,06	6,0	11,6	0,54
	Итого за день					1941,00					

1 неделя - четверг

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			Белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					497,07					
85	Каша кукурузная молочная с маслом	230	5,36	0,78	0,76	217,58	0,07	0,06	0,0	12,8	1,65
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
88	Сыр	6	1,4	1,8	1,6	22,26	0,002	0,02	0,09	52,8	0,04
97	Какао на молоке	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,1	0,04
	Второй завтрак					69,0					
98	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69,0	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
	Обед					638,56					
2	Суп «Вермишелевый»	250	4,35	0,68	18,15	107,05	0,13	0,07	8,85	47,75	1,15
24	Запеканка картофельная с мясом	250	21,22	20,87	18,2	304,85	0,11	11,23	3,76	58,75	0,78
93	Компот из изюма с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,6					
103	Сдоба («Гребешок», «Венская»)	70	5,43	3,30	31,38	194,4	0,1	0,05	0,0	15,4	0,96
99	Кисломолочный напиток	180	5,4	5,76	7,56	106,2	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					451,78					
117	Морковь отварная порционная	60	0,04	0,1	3,13	21,2	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
41	Рыба тушеная с овощами	220	20,83	10,93	9,7	281,69	0,15	0,15	9,5	84,87	1,63
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
94	Чай сладкий	200	12,0	2,06	13,0	89,28	0,0	0,06	6,0	11,6	0,54
	Итого за день					1957,01					

I неделя - пятница

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					470,22					
81	Каша пшеничная молочная с маслом	250	8,4	13,02	32,32	237,47	0,12	0,25	1,13	232,32	0,9
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
96	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,12	0,3	7,36	19,62	0,14
	Второй завтрак					11,28					
118	Груша	60	0,2	0,2	3,9	11,28	0,0	0,0	3,2	3,9	5,12
	Обед					665,05					
10	Суп гречневый «Московский» на м/б	250	5,0	3,2	13,38	126,95	0,15	0,1	4,97	48,8	1,23
30	Оладьи из печени	70	14,1	9,8	9,47	134,07	0,17	1,18	8,66	21,56	4,42
52	Макароны с маслом	150	5,85	6,15	31,26	177,37	0,06	0,02	0,0	6,32	0,81
93	Компот из кураги с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,67					
105	Печенье, пряник	70	4,2	6,6	41,94	194,67	0,08	0,08	0,0	20,0	1,0
90	Молоко кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	106,0	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					468,55					
51	Гороховое пюре	200	20,72	9,72	3,26	236,86	0,0	0,12	0,0	18,84	0,2
114	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4,0	62,80	0,0	0,0	0,0	0,40	0,0
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
95	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	Итого за день					1915,77					

2 неделя - понедельник

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					407,84					
14	Суп рыбный из консервов	250	10,17	2,6	16,65	168,35	0,1	0,1	8,02	107,92	1,3
114	Яйцо варёное	40	5,2	4,8	4,0	62,80	0,0	0,0	0,0	0,40	0,0
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
94	Чай сладкий	200	12,0	2,06	13,0	89,28	0,0	0,06	6,0	11,6	0,54
	Второй завтрак					69,0					
98	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69,0	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
	Обед					667,64					
120	Солёный огурец	60	0,01	0,0	0,02	1,98	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
7	Суп гороховый на курином бульоне	250	7,15	0,6	20,15	127,35	0,25	0,07	5,32	59,8	2,65
21	Плов	230	18,63	18,74	39,33	311,65	0,02	0,02	0,87	11,36	0,8
93	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,87					
105	Печенье, пряник	70	4,2	6,6	41,94	194,67	0,08	0,08	0,0	20,0	1,0
99	Кисломолочный напиток	180	5,4	5,76	7,56	106,2	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					461,5					
88	Сыр	6	1,4	1,8	1,6	22,26	0,002	0,02	0,09	52,8	0,04
80	Вермишель в молоке	220	7,26	9,9	22,70	227,74	0,04	0,15	0,99	116,6	0,05
100	Хлеб	50	1,56	0,06	29,82	102,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
95	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	Итого за день					1906,85					

2 неделя - вторник

№	Наименование блюд	Мас са порц ии	Пищевые вещества			Энергетич ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					527,83					
83	Каша манная молочная с маслом	220	3,0	4,1	14,65	270,6	0,69	0,16	0,25	144,3	0,46
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
97	Какао напиток на молоке	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,1	0,04
	Второй завтрак					18,8					
118	Яблоко	80	0,16	0,16	3,12	18,8	0,0	0,0	3,2	3,9	5,12
	Обед					646,28					
1	Борщ на мясном бульоне со сметаной	250	3,85	2,18	6,78	131,23	0,07	8,37	12,47	73,92	1,1
29	Печень по-строгановски	80	11,52	4,63	2,84	113,21	0,08	0,8	0,42	22,48	3,7
63	Картофельное пюре	160	3,47	4,99	8,57	175,18	0,11	11,23	3,76	58,75	0,78
93	Компот с курагой с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					283,8					
104	Сдоба (булочка «Домашняя», «Дорожная»)	70	5,43	3,30	31,38	194,4	0,1	0,05	0,0	15,4	0,96
91	Кисель	200	0,08	0,0	22,26	89,4	0,0	0,0	0,08	10,5	0,28
	Ужин					458,33					
81	Кулеш пшённый молочный с маслом	250	3,38	5,21	12,93	286,30	0,13	0,2	1,13	232,32	0,9
116	Свекла отварная порционная	60	1,01	4,77	0,11	23,14	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
94	Чай сладкий	200	12,0	2,06	13,0	89,28	0,0	0,06	6,0	11,6	0,54
	Итого за день					1935,04					

2 неделя - среда

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак					489,75					
70	«Ленивые» вареники	200	22,6	23,9	23,30	257,0	0,06	0,28	0,06	171,0	0,94
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
96	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,12	0,3	7,36	19,62	0,14
	Второй завтрак					69,0					
98	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69,0	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
	Обед					656,37					
9	Суп овощной на курином бульоне с зелёным горошком и сметаной	250	4,3	0,63	10,45	99,0	0,2	0,17	17,92	41,37	1,1
31	Курица отварная	80	17,8	11,36	0,03	185,98	0,09	0,09	1,07	13,52	0,98
50	Каша перловая рассыпчатая	130	4,2	4,4	26,8	144,73	0,04	0,04	0,74	50,49	1,13
93	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,67					
105	Печенье, пряник	70	4,2	6,6	41,94	194,67	0,08	0,08	0,0	20,0	1,0
90	Молоко кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	106,0	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					454,42					
60	Овощное рагу	250	5,1	8,22	33,27	285,53	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
95	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
	Итого за день					1970,21					

2 неделя - четверг

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe
	Завтрак					485,25					
84	Каша рисовая молочная с маслом	250	6,2	7,75	40,0	252,5	0,07	0,27	1,13	235,92	0,7
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
96	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	0,12	0,3	7,36	19,62	0,14
	Второй завтрак					38,4					
118	Банан	60	0,04	0,01	5,04	38,4	0,0	0,0	3,2	3,9	5,12
	Обед					604,33					
119	Огурец свежий	50	1,68	7,96	0,18	0,25	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
5	Суп «Свекольник» на мясном бульоне	250	4,67	2,13	12,73	141,02	0,2	0,17	12,35	60,20	1,1
20	Котлета из говядины	60	6,86	7,45	4,87	116,70	0,04	0,08	0,13	40,61	0,56
61	Капуста тушеная	150	3,18	6,72	6,97	119,7	0,07	0,27	1,13	88,95	1,26
93	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
	Полдник					300,6					
103	Сдоба «Калач»	70	5,43	3,30	31,38	194,4	0,1	0,05	0,0	15,4	0,96
99	Кисломолочный напиток	180	5,4	5,76	7,56	106,2	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
	Ужин					450,39					
63	Картофельное пюре	230	12,47	17,95	30,82	218,98	0,04	0,04	0,74	50,49	1,13
120	Солёный огурец	60	0,01	0,0	0,02	1,98	0,29	0,11	0,32	28,89	3,52
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
97	Какао со сгущёнкой	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,1	0,04
	Итого за день					1878,97					

2 неделя - пятница

№	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг.			Минеральные вещества	
			белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак						508,41					
86	Каша пшеничная молочная с маслом	250	11,35	12,95	50,22	251,18	0,07	0,27	1,13	235,92	0,7
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
89	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,06	27,8	1,05	0,006	0,0	8,41	0,02
97	Какао напиток на молоке	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24	1,08	221,1	0,04
Второй завтрак						69,0					
98	Сок	150	0,75	0,15	15,15	69,0	0,02	0,02	18,0	10,5	2,1
Обед						615,53					
13	Суп «Геркулесовый» на м/б	250	5,0	3,2	13,38	126,95	0,07	8,37	4,97	48,82	1,23
40	Котлеты рыбные	70	17,74	0,62	4,53	88,13	0,01	0,11	0,0	30,24	0,26
55	Сложный гарнир овощи тушеные	150	4,65	5,85	25,39	173,79	0,24	0,12	12,45	37,60	0,91
93	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,04	0,0	26,96	107,44	0,02	0,04	0,13	41,14	0,68
100	Хлеб пшеничный	60	1,56	0,06	29,82	119,22	0,12	0,0	0,0	13,8	1,14
Полдник						300,67					
105	Печенье, пряник	70	4,2	6,6	41,94	194,67	0,08	0,08	0,0	20,0	1,0
90	Молоко кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	106,0	0,05	0,31	1,26	216,0	0,18
Ужин						464,52					
52	Макароны отварные с маслом	250	9,75	10,25	52,1	295,63	0,1	0,02	0,0	10,52	1,35
100	Хлеб	30	0,78	0,03	14,91	59,61	0,06	0,0	0,0	6,9	0,57
95	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,7	109,28	0,02	0,14	0,66	128,1	0,64
Итого за день						1958,13					