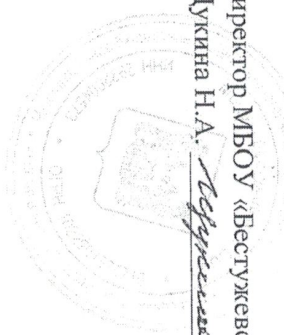


УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Бестужевская СОШ»
Шукина Н.А. 



Десятидневное меню

МБОУ «Бестужевская СОШ»

2024 - 2025уч.год

Прием пищи	Наименование блюда	технологическая карта	Выход блюда (г)		Пищевые вещества (г)								Энергетическая ценность	
			7-11 лет	11-18 лет	Б		Ж		У		7-11 лет	11-18 лет		
					7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет				
					ДЕНЬ 1									
Завтрак:	Макаронны отварные с маслом и	54-3г 2020	150	200	7,9	10,5	7,2	9,6	28,6	38,2	210,6	280,9		
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9		
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2		
	Масло слив.(порциями)	54-19з 2020	10	10	0,1	0,1	8,2	8,2	0,1	0,1	74,8	74,8		
	Всего за завтрак:		390	450	10,6	13,8	16	18,2	50,2	63,3	383,6	475,8		
	Огурцы в нарезке	54-2з 2020	80	100	0,6	0,6	0,1	0,1	2	2	11,3	11,3		
	Суп картофельный с мак. Изд	54-7с 2020	200	250	6,7	8,39	6,79	8,5	6,25	7,82	108,75	135,94		
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8		
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32		
	сок		200	200	1	1	0,2	0,2	19,8	19,8	86	86		
Каша гречневая рассыпчатая	54-4г 2020	150	200	8,2	11	6,3	9,3	35,9	47,9	233,7	318,5			
Биточки из говядины	54-6м 2020	75	75	13,7	13,7	13,6	13,6	12,2	12,2	226,3	226,3			
Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2			
Всего за обед:		965	1115	34,7	40,1	28	32,7	107	135	814,4	993,4			
продленк	Омлет натуральный	54-1о 2020	150	200	12,7	16,9	19,2	25,9	3,2	4,2	237	316,3		
	Кисель		200	200	0	0	0	0	25	25	97,6	97,6		
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2		
	Всего за поддник:		380	440	15	19,8	19	26,3	43	47,5	404,9	506,1		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1735	2005	60,3	73,7	63	77,2	201	245	1603	1975		

ДЕНЬ 2

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭНД.	ЭНД.
Завтрак:	Каша вязкая молочная овсянная	54-9к 2020	200	250	8,6	10,7	12,8	15,9	34,2	42,7	285,8	357,1
	Какао с молоком	54-21 гн	200	200	4,7	4,7	3,5	3,5	12,5	12,5	100,4	100,4
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Масло слив.(порциями)	54-19з 2020	10	10	0,1	0,1	8,2	8,2	0,1	0,1	74,8	74,8
	Всего за завтрак:		440	500	15,7	18,4	25	28	61,6	73,6	531,3	624,5
Обед:	Щи из св.капусты со сметаной	54-1с 2020	250	250	5,78	5,78	7,58	7,58	7,13	7,13	120,1	120,1
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Сырники из творога со стущ.молоком	54-6г 2020	100/20	100/20	17,1	17,1	9	9	22,4	22,4	239,3	239,3
	Компот из изюма	54-4хн 2020	200	200	0,4	0,4	0,1	0,1	18,4	18,4	75,8	75,8
	Всего за обед:		680	700	25,48	25,83	17,1	17,23	64,4	74,42	513,2	558,32
продленк	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Сыр в нарезке	54-1з 2020	15	15	3,5	3,5	4,4	4,4	0	0	53,7	53,7
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Яблоко		100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,8	13,81	52	52
	Всего за подник:		345	355	6,26	6,86	4,77	5	35,1	38,61	202,8	224,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1465	1555	47,44	51,09	46,6	50,26	161	186,6	1247,3	1407,5	

ДЕНЬ 3

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭНД.	ЭНД
Завтрак	Каша "Дружба"	54-16к 2020	200	250	5	6,2	6,9	8,7	23,9	29,9	178	222,5
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Масло слив.(порциями)	54-19з 2020	10	10	0,1	0,1	8,2	8,2	0,1	0,1	74,8	74,8
	Всего за завтрак:		440	500	7,6	9,4	15	17,3	45,3	54,8	349,9	416,3

Обед:	Салат из моркови и яблок	54-11з 2020	80	100	0,7	0,9	8,1	10,2	5,8	7,2	99	123,8
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	54-2с 2020	250	250	5,88	5,88	7,63	7,63	12,6	12,63	142,78	142,78
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32
	Макаронны отварные	54-1г 2020	150	200	5,3	7,32	4,9	10,38	32,8	41,63	196,8	254,03
	Гуляш из говядины	54-2м 2020	80	120	13,5	20,4	13,5	20,4	3,1	4,7	188,9	283,6
	Компот из кураги	54-2хн 2020	200	200	1	1	0	0	15,6	15,6	66,9	66,9
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Всего за обед:		1020	1160	30,98	41,1	35	49,6	101	127	843,8	1088
	продленк	Ййцо вареное	54-6о 2020	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6
	сок		200	200	1	1	0,2	0,2	19,8	19,8	86	86
	апельсин		100	100	0,38	0,38	0,09	0,09	10,2	10,2	42,88	42,88
	Всего за полдник:		340	340	6,18	6,18	4,3	4,29	30,3	30,3	185,5	185,5
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1800	2000	44,76	56,6	54	71,2	177	212	1379	1689

ДЕНЬ 4

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭНД.	ЭНД.
Завтрак	Каша молочная рисовая	54-21к 2020	200	250	5,2	6,6	6,5	8,1	28,4	35,7	193,7	242,1
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн 2020	200	200	3,15	4,2	3,6	4,8	5,28	7	65,2	87
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Сыр в нарезке	54-1з 2020	15	15	3,5	3,5	4,4	4,4	0	0	53,7	53,7
	Всего за завтрак:		445	505	14,15	17,2	14,7	17,73	48,5	61	382,9	475

Обед:	Салат из свеклы отварной	54-13з 2020	80	100	1,1	1,3	3,6	4,5	6,1	7,6	60,8	76,1
	Суп овощной со сметаной		250	250	10,8	10,08	5,4	5,4	17,4	17,4	161,25	161,25
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32
	Пюре картофельное	54-11г	150	200	3,1	4,1	6	8,1	19,7	26,4	145,8	194,4
	Котлета рыбная (минтай)	54-3р 2020	100	100	14,1	14,1	2,8	2,8	8,6	8,6	115,9	115,9
	Компот из св фруктов	54-32хн 2020	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,9	9,9	41,6	41,6
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Всего за обед:		1950	2140	79,2	81,5	40	46	170	210	1351	1591
продленк	Булочка школьная	54-9в 2020	60	60	5,2	5,2	1,9	1,9	34	34	173,8	173,8
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Всего за подлинк:		260	260	5,4	5,4	1,9	1,9	40,5	40,5	200,6	200,6
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		2655	2905	98,75	104,1	56,1	65,66	259	311	1934,8	2266,8

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭН.Д.	ЭН.Д
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая		200	250	5,4	6,58	6,24	8,59	10	26,01	175,33	213,3
	Печенье		30	30	2,6	2,6	3,9	3,9	21	21	129	129
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Всего за завтрак:		430	480	8,2	9,38	10,1	12,49	37,5	53,51	331,13	369,1
Обед	Суп картофельный с рыбой	7-2011с	250	250	5,02	5,02	5,95	5,95	10,1	10,12	98,77	98,77
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9
	Голубцы ленивые	54-3м2020	100	100	8,4	8,4	7,9	7,9	6,4	6,4	130,7	130,7
	Соус красный основной	54-	100	100	3,3	3,3	2,7	2,7	8,9	8,9	73,1	73,1
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Компот из смеси сухофруктов	54-1хн2020	200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81
	Всего за обед:		910	940	21,82	22,77	17,2	17,53	76,7	90,21	532,97	599,99
	Оладьи с повидлом		100	100	1,47	1,47	0,95	0,95	5,77	5,77	36,04	36,04
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
прод	Всего за полдник:		300	300	1,67	1,67	0,95	0,95	12,3	12,27	62,84	62,84
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1640	1720	31,69	33,82	28,2	30,97	127	156	926,94	1031,9

ДЕНЬ
6

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	У	У	ЭН.Ц.	ЭН.Ц.
	Йогурт		100	100	2,4	2,4	1,2	1,2	14,5	14,5	14,5	80	80	
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	6,5	26,8	26,8	
	Вафли		30	30	2,1	2,1	8,7	8,7	18	18	18	154,5	154,5	
	Всего за завтрак:		330	330	4,7	4,7	9,9	9,9	39	39	39	261,3	261,3	
Обед	Салат из огурцов и помидоров	54-5з2020	80	100	0,7	1	4,1	5,2	2,5	3,1	49,9	62,5		
	Суп картофельный с горохом	54-8с2020	250	250	8,35	8,35	5,75	5,75	20,4	20,35	166,75	166,75		
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32		
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9		
	Плов с курицей	54-12м	200	250	27,3	34	8,1	10,1	33,2	41,5	314,6	393,4		
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2		
	Напиток из шиповника	54-13хн2020	200	200	2,35	3	0,38	0,49	15,3	19,7	75,6	97,2		
	Всего за обед:		990	1090	43,3	51,9	18,9	22,52	103	129,6	756,25	936,27		
прод	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2		
	Сыр в нарезке	54-1з 2020	15	15	3,5	3,5	4,4	4,4	0	0	53,7	53,7		
	Сок яблочный		200	200	0,1	0,1	0	0	23	23	92	92		
	Апельсин		100	100	0,94	0,94	0,12	0,12	13,8	13,81	52	52		
	Всего за полдник:		345	355	6,84	7,44	4,72	4,95	51,6	55,11	268	289,9		
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1665	1775	54,84	64,04	33,6	37,37	193	223,8	1285,6	1487,5		

ДЕНЬ

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	7												ЭН.Д.	ЭН.Д
				ВЫХ.г	Б	Б	Ж	Ж	У	У	У	У	У	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	54-13к 2020	200	250	5,4	6,58	6,24	8,59	10	26,01	175,33	213,3					
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8					
	Хлеб пшеничный	Пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2					
	Масло слив.(порциями)	54-19з 2020	10	10	0,1	0,1	8,2	8,2	0,1	0,1	74,8	74,8					
	Всего за завтрак:		440	500	8	9,78	14,6	17,22	31,4	50,91	347,23	407,1					
	Рассольник со сметаной	54-15с2020	200	250	2,7	4,6	5,3	5,7	11,6	16,8	116,1	117					
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9					
	Хлеб ржано-пшеничный	Пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32					
	Запеканка из творога	54-1т2020	150	200	25,60	34,2	16,1	21,3	25	33,3	347,8	463,1					
	Какао с молоком	54-21 гн	200	200	4,7	4,7	3,5	3,5	12,5	12,5	100,4	100,4					
Всего за обед:		780	900	35,3	46,15	25,3	31,05	65,8	89,29	643,4	804,72						
полдник	Винегрет с растительным маслом	54-1бз2020	80	100	1	1,2	7,1	9	5,4	6,7	89,5	111,9					
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9					
	Хлеб пшеничный	Пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2					
	Банан		100	100	1,1	1,1	0,3	0,3	20,2	20,2	89	89					
	Всего за полдник:		410	440	4,7	5,5	7,6	9,73	47,1	51,9	276,7	321					
	Всего за день:		1630	1840	48	61,43	47,5	58	144	192,1	1267,3	1532,8					

ДЕНЬ
8

Завтрак	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ. Б	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭН.Ц.	ЭН.Ц.
Завтрак	Суп молочный с макс.изд	54-19к2020	200	200	7,19	7,19	6,51	6,51	23,6	23,55	181,5	181,5
	Кофейный напиток с молоком	54-23гн 2020	200	200	3,15	4,2	3,6	4,8	5,28	7	65,2	87
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Сыр в нарезке	54-1з 2020	15	15	3,5	3,5	4,4	4,4	0	0	53,7	53,7
	Всего за завтрак:		445	455	16,14	17,79	14,7	16,14	43,6	48,85	370,7	414,4
	Обед	Салат из капусты с огурцами и помидорами	54-6с2020	80	100	1,8	2,3	8,7	11	2,8	3,6	98
ПОЛДНИК	Свекольник со сметаной		200	250	10	10,3	12	13,2	18	22,5	114	165,1
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32
	Жаркое по -домашнему	54-9м2020	200	250	20,1	25,1	19,3	24,2	17,1	21,5	323	403,7
	Компот из кураги	54-2хн 2020	200	200	1	1	0	0	15,6	15,6	66,9	66,9
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2
	Всего за обед:		940	1090	37,4	44,15	40,6	49,38	84,8	108	750,2	973,62
	Булочка школьная	54-9в 2020	60	60	5,2	5,2	1,9	1,9	34	34	173,8	173,8
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8
	Всего за полдник:		260	260	5,4	5,4	1,9	1,9	40,5	40,5	200,6	200,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1645	1805	58,94	67,34	57,2	67,42	169	197,3	1321,5	1588,6	

ДЕНЬ

9

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.г	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭНЦ.	ЭНЦ	
Завтрак	Каша вязкая молочная пшениная	54-6к 2020	200	250	8,3	10,4	11,7	14,5	37,5	46,9	288	359,9	
	Чай с молоком и сахаром	1	150	200	3,14	5,92	2,8	4,91	10	20	79	150,4	
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2	
	Масло слив.(порциями)	54-19з 2020	10	10	0,1	0,1	8,2	8,2	0,1	0,1	74,8	74,8	
	Всего за завтрак:		390	500	13,84	19,32	22,9	28,04	62,4	85,3	512,1	677,3	
Обед	Суп Крестьянский с крупой	54-11с2020	200	250	3,36	5,1	4,9	5,8	9,12	10,8	115,8	118,6	
	Чай с сахаром с лимоном	54-3гн 2020	200	200	0,3	0,3	0	0	6,7	6,7	27,9	27,9	
	Хлеб ржано-пшеничный	пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32	
	Тертелги рыбные (минтай)	54-14р2020	80	80	10,3	10,3	6,4	6,4	10,1	10,1	139	139	
	Рис отварной	54-6г2020	150	200	3,6	4,8	5,4	7,2	36,4	48,6	208,7	278,3	
	Соус красный основной	54-3соус2020	100	100	3,3	3,3	2,7	2,7	8,9	8,9	73,1	73,1	
	Хлеб пшеничный	пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2	
	Напиток из шиповника	54-13хн2020	200	200	2,35	3	0,38	0,49	15,3	19,7	75,6	97,2	
		Всего за обед:		990	1120	27,51	32,05	20,4	23,57	111	143,1	761,6	922,62
	полдник	Йогурт		100	100	2,4	2,4	1,2	1,2	14,5	14,5	80	80
сок			200	200	1	1	0,2	0,2	19,8	19,8	86	86	
Яб.доко			100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	13,8	13,81	52	52	
	Всего за полдник:		400	400	3,66	3,66	1,57	1,57	48,1	48,11	218	218	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1780	2020	45,01	55,03	44,9	53,18	222	276,5	1491,7	1817,9	

ДЕНЬ
10

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	№ КАРТЫ	ВЫХ.г	ВЫХ.	Б	Б	Ж	Ж	У	У	ЭНД.	ЭНД.	
Завтрак	Яйцо вареное	54-60 2020	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6	56,6	
	Какао с молоком	54-21 гн 2020	200	200	4,7	4,7	3,5	3,5	12,5	12,5	100,4	100,4	
	Хлеб пшеничный	Пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2	
	Сыр в нарезке	54-1з 2020	15	15	3,5	3,5	4,4	4,4	0	0	53,7	53,7	
	Всего за завтрак:		285	295	15,3	15,9	12,1	12,33	27,6	31,1	281	302,9	
Обед	Суп "Харчо"		200	250	17,4	21,8	41,2	51,5	20,4	25,5	522,6	653,3	
	Хлеб ржано-пшеничный	Пром	30	50	2	2,35	0,4	0,55	10	19,99	51,2	96,32	
	Чай с сахаром	54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8	
	Макаронны отварные	54-1г 2020	150	200	5,3	7,32	4,9	10,38	32,8	41,63	196,8	254,03	
	Соус красный основной	54- 3соус2020	100	100	3,3	3,3	2,7	2,7	8,9	8,9	73,1	73,1	
	Котлета из курицы	54-5м2020	75	75	14,4	14,4	3,3	3,3	10,1	10,1	127,1	127,1	
	Хлеб пшеничный	Пром	30	40	2,3	2,9	0,2	0,43	14,8	18,3	70,3	92,2	
	Компот из св фруктов	54-32хн 2020	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	9,9	9,9	41,6	41,6	
		Всего за обед:		785	915	44,9	52,27	52,7	68,86	104	130,9	1067,9	1322,9
	ПОЛДНИК	Блинчики с маслом		135	135	10,11	10,11	11,2	11,21	39	39	299	299
Чай с сахаром		54-2гн 2020	200	200	0,2	0,2	0	0	6,5	6,5	26,8	26,8	
		Всего за полдник:	335	335	10,31	10,31	11,2	11,21	45,5	45,5	325,8	325,8	
		ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1405	1545	70,51	78,48	76	92,4	177	207,5	1674,7	1951,6	