

Примерный двухнедельные рацион на зимне-весенний период для дошкольного учреждения с 12 - часовым режимом пребывания детей

ПОНЕДЕЛЬНИК

1-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|------------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Макароны с сыром | 100 | 130 | 4,89 | 6,36 | 6,02 | 7,83 | 18,94 | 24,62 | 153,41 | 199,43 |
| Чай с сахаром В-2 | 130 | 200 | 0,02 | 0,03 | 0,01 | 0,01 | 5,86 | 9,01 | 92,38 | 142,13 |
| Кондитерское изделие | 20 | 30 | 1,5 | 2,25 | 2,36 | 3,54 | 14,98 | 22,47 | 83,42 | 125,13 |
| ИТОГО: | 22% | 23% | 6,41 | 8,64 | 8,39 | 11,38 | 39,78 | 56,1 | 329,21 | 466,69 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат "Агеньчык В-1 | 50 | 60 | 0,74 | 0,89 | 2,84 | 3,41 | 2,69 | 3,23 | 39,24 | 47,09 |
| Суп молочный с крупой | 150 | 200 | 5 | 6,68 | 4,49 | 5,98 | 14,13 | 18,85 | 96,09 | 128,12 |
| Колобки мясные | 50 | 70 | 8,82 | 12,35 | 9,12 | 12,76 | 7,79 | 10,91 | 149,14 | 208,79 |
| Пюре картофельное с морковью | 100 | 150 | 1,84 | 2,76 | 1,83 | 2,75 | 11,55 | 17,33 | 74,05 | 111,08 |
| Кисель из сока | 150 | 200 | 0,33 | 0,43 | 0,05 | 0,06 | 26,78 | 35,7 | 110,33 | 147,1 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 30% | 31% | 18,71 | 27,07 | 18,69 | 25,68 | 72,96 | 106,06 | 521,05 | 746,58 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 14% | 13% | 7,03 | 7,67 | 6,08 | 6,37 | 30,6 | 36,01 | 213 | 240,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Картофель тушенный с овощами | 120 | 150 | 2,5 | 3,12 | 8,87 | 11,09 | 22,14 | 27,68 | 181,13 | 226,410 |
| Огурец консервированный (порциями) | 50 | 60 | 0,4 | 0,48 | 0,05 | 0,06 | 0,8 | 0,96 | 6,5 | 7,8 |
| Чай с лимоном | 150/5 | 200/7 | 0,08 | 0,11 | 0,01 | 0,02 | 9,58 | 12,77 | 39,49 | 52,79 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 0,68 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| ИТОГО: | 24% | 23% | 5,06 | 5,79 | 9,61 | 11,85 | 42,42 | 51,31 | 281,12 | 341 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Компот из свежих плодов | 150 | 200 | 0,11 | 0,15 | 0,11 | 0,15 | 16,12 | 21,49 | 63,32 | 84,43 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 0,68 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| ИТОГО: | 6% | 6% | 2,19 | 2,23 | 0,79 | 0,83 | 26,02 | 31,39 | 117,32 | 138,43 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 39,4 | 51,4 | 43,56 | 56,11 | 211,78 | 280,87 | 1461,7 | 1933,3 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,11 | 1,09 | 5,38 | 5,46 | | |

ВТОРНИК

1-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|------------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная пшеничная | 130 | 150 | 5,33 | 6,15 | 5,32 | 6,14 | 15,87 | 22,54 | 111,04 | 128,12 |
| Кофейный напиток с молоком В-2 | 130 | 200 | 2,03 | 3,13 | 1,5 | 2,31 | 13,3 | 20,46 | 75,87 | 116,73 |
| Бутерброд с повидлом | 25 | 35 | 1,61 | 2,25 | 2,32 | 3,25 | 13,34 | 17,28 | 75,78 | 106,09 |
| ИТОГО: | 27% | 31% | 8,97 | 11,53 | 9,14 | 11,7 | 42,51 | 60,28 | 262,69 | 350,94 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с сыром | 50 | 60 | 2,04 | 2,45 | 4,09 | 4,91 | 3,51 | 4,22 | 59,12 | 70,94 |
| Рассольник домашний (со сметаной) | 150/3 | 200/4 | 1,25 | 1,71 | 2,63 | 4,16 | 6,06 | 7,95 | 70,82 | 94,43 |
| Тефтели рыбные | 80 | 100 | 6,16 | 7,7 | 5,15 | 6,44 | 7,9 | 9,88 | 105 | 131,25 |
| Сложный гарнир В-1 | 100 | 150 | 2,31 | 3,46 | 2,83 | 4,24 | 6,45 | 11,18 | 71,63 | 107,45 |
| Компот из смеси сухофруктов | 130 | 200 | 0,25 | 0,38 | 0 | 0 | 15,9 | 24,56 | 62,27 | 95,8 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 29% | 30% | 13,99 | 19,66 | 15,06 | 20,47 | 49,84 | 77,83 | 421,04 | 604,27 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Компот из свежих плодов | 150 | 150 | 0,12 | 0,12 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 17,91 | 73,95 | 73,95 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 14% | 13% | 2,8 | 3,44 | 1,4 | 1,69 | 42,51 | 47,92 | 198,45 | 226,05 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Блины с маслом сливочным | 90/6 | 110/6 | 6,21 | 7,59 | 5,78 | 7,06 | 21,37 | 28,34 | 204,59 | 250,05 |
| Сок | 150 | 200 | 1,05 | 1,4 | 0,15 | 0,2 | 19,8 | 26,4 | 90 | 120 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 3,54 | 3,54 | 22,47 | 22,47 | 125,13 | 125,13 |
| ИТОГО: | 17% | 15% | 9,51 | 11,24 | 9,47 | 10,8 | 63,64 | 77,21 | 419,72 | 495,18 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Запеканка овощная | 120 | 150 | 4,77 | 5,96 | 4,09 | 3,11 | 4,64 | 8,3 | 66,17 | 83,27 |
| Чай с молоком В-1 | 150 | 200 | 2,36 | 3,15 | 1,99 | 2,65 | 12,66 | 16,88 | 79,04 | 105,38 |
| ИТОГО: | 9% | 7% | 7,13 | 9,11 | 6,08 | 5,76 | 17,3 | 25,18 | 145,21 | 188,65 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 42,4 | 54,98 | 41,15 | 50,42 | 215,8 | 288,42 | 1447,11 | 1865,09 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 0,97 | 0,92 | 5,09 | 5,25 | | |

СРЕДА

1-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный (с маслом сливочным) | 40/3 | 60/4 | 3,73 | 5,59 | 6,89 | 10,33 | 0,7 | 1,05 | 81,24 | 121,86 |
| Каша жидкая молочная "Геркулес" | 100 | 130 | 3,4 | 4,4 | 3,93 | 5,07 | 13,43 | 17,4 | 103,95 | 134,61 |
| Какао с молоком | 150 | 200 | 2,53 | 3,45 | 2,11 | 2,73 | 17,42 | 22,65 | 96,53 | 130,82 |
| Бутерброд с маслом | 25 | 35 | 2,26 | 3,16 | 3,32 | 4,65 | 10,66 | 14,95 | 81,46 | 114,05 |
| ИТОГО: | 21% | 20% | 11,92 | 16,6 | 16,25 | 22,78 | 42,21 | 56,05 | 363,18 | 501,34 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой | 150 | | 1,35 | | 1,33 | | 10,79 | | 59,42 | |
| Суп картофельный с крупой (мясо отварное добавка в суп) | | 200/15 | | 6,09 | | 3,47 | | 14,01 | | 114,33 |
| Биточки из птицы (паровые) (с маслом сливочным) | 60/5 | | 8,62 | | 11,45 | | 5,74 | | 148,2 | |
| Котлеты рубленые из цыплят - бройлеров | | 70 | | 10,34 | | 12,36 | | 11,67 | | 211,03 |
| Капуста тушеная (белокочанная свежая) | 120 | 150 | 2,95 | 3,69 | 4,16 | 5,2 | 12,36 | 9,89 | 101,7 | 127,12 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 17,91 | 21,49 | 73,95 | 88,74 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 30% | 33% | 15,02 | 24,22 | 17,42 | 21,89 | 56,82 | 77,1 | 435,47 | 645,62 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 3,54 | 3,54 | 22,47 | 22,47 | 125,13 | 125,13 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 12% | 7,2 | 7,32 | 8,94 | 9,06 | 43,17 | 46,11 | 284,13 | 298,23 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Вареники ленивые (с маслом сливочным) | 120/4 | 140/6 | 15,99 | 18,65 | 11,18 | 13,04 | 16,66 | 19,44 | 206,48 | 255,89 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | 3,97 | 4,76 | 3,48 | 4,18 | 6,74 | 8,09 | 74,08 | 88,89 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| ИТОГО: | 23% | 23% | 22,04 | 26,01 | 15,34 | 18,07 | 33,3 | 39,9 | 334,56 | 412,28 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Овощи припущенные в молочном соусе | 80 | 130 | 1,96 | 3,18 | 0,95 | 1,95 | 6,52 | 10,59 | 51,08 | 102,5 |
| Отвар из шиповника | 150 | 200 | 0,45 | 0,6 | | | 8,67 | 11,56 | 35,49 | 47,32 |
| ИТОГО: | 9% | 8% | 2,41 | 3,78 | 0,95 | 1,95 | 15,19 | 22,15 | 86,57 | 149,82 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 58,59 | 77,93 | 58,9 | 73,75 | 190,69 | 241,31 | 1503,91 | 2007,29 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,01 | 0,95 | 3,25 | 3,10 | | |

ЧЕТВЕРГ

1-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша вязкая молочная гречневая | 130 | 150 | 6,45 | 7,44 | 5,57 | 6,43 | 25,2 | 29,08 | 177,18 | 204,44 |
| Чай с молоком | 150 | 200 | 2,36 | 3,15 | 1,99 | 2,65 | 12,66 | 16,88 | 79,04 | 105,38 |
| Бутерброд с сыром | 25 | 35 | 3,51 | 4,1 | 5,27 | 6,14 | 8,69 | 10,13 | 97,86 | 114,17 |
| ИТОГО: | 21% | 21% | 12,32 | 14,69 | 12,83 | 15,22 | 46,55 | 56,09 | 354,08 | 423,99 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Огурец консервированный (порциями) | 50 | 60 | 0,4 | 0,48 | 0,05 | 0,06 | 0,8 | 0,96 | 6,5 | 7,8 |
| Борщ с капустой (свежей) и картофелем (со сметаной) | 150/3 | 200/4 | 1,02 | 1,37 | 1,7 | 3,72 | 6,81 | 9,1 | 49,61 | 79,61 |
| Рыбник В-2 (с маслом сливочным) | 50/3 | 70/5 | 6,26 | 8,76 | 5,03 | 7,04 | 3,77 | 5,28 | 87,35 | 122,29 |
| Пюре картофельное | 100 | 150 | 2,18 | 3,27 | 3,11 | 4,72 | 14,66 | 22,03 | 95,59 | 144,03 |
| Компот из сушеных плодов (изюма) | 130 | 200 | 0,21 | 0,32 | 0 | 0 | 15,31 | 23,55 | 59,48 | 91,51 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 27% | 29% | 12,05 | 18,16 | 10,25 | 16,26 | 51,37 | 80,96 | 350,73 | 549,64 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Сок | 130 | 200 | 0,91 | 1,4 | 0,13 | 0,2 | 17,16 | 26,4 | 78 | 120 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 11% | 10% | 3,59 | 4,72 | 1,41 | 1,77 | 41,76 | 56,41 | 202,5 | 272,1 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Голубцы Любительские | 130 | 150 | 7,94 | 9,16 | 8,87 | 10,23 | 11,44 | 13,2 | 162,11 | 187,05 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 20 | 30 | 1,32 | 1,98 | 0,24 | 0,36 | 6,68 | 10,02 | 34,8 | 52,2 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 0,68 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| Чай с сахаром В-2 | 130 | 200 | 0,02 | 0,03 | 0,01 | 0,01 | 5,86 | 9,01 | 92,38 | 142,13 |
| ИТОГО: | 24% | 22% | 11,36 | 13,25 | 9,8 | 11,28 | 33,88 | 42,13 | 343,29 | 435,38 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Булочка "Витьба" | 60 | 60 | 0,53 | 0,53 | 2,77 | 2,77 | 7,46 | 7,46 | 134,76 | 134,76 |
| Компот из свежих плодов (груши) | 150 | 200 | 0,06 | 0,09 | 0 | 0 | 12,68 | 14,23 | 65,98 | 75,68 |
| ИТОГО: | 11% | 13% | 0,59 | 0,62 | 2,77 | 2,77 | 20,14 | 21,69 | 200,74 | 210,44 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 39,91 | 51,44 | 37,06 | 47,3 | 193,7 | 257,28 | 1451,34 | 1891,55 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 0,93 | 0,92 | 4,85 | 5,00 | | |

ПЯТНИЦА

1-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------------|---------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная манная | 130 | 150 | 3,99 | 4,6 | 4,51 | 5,2 | 18,39 | 21,22 | 131,4 | 151,62 |
| Кофейный напиток с молоком в-2 | 130 | 200 | 2,03 | 3,13 | 1,5 | 2,31 | 13,3 | 20,46 | 75,87 | 116,73 |
| Бутерброд с маслом | 25 | 35 | 2,26 | 3,16 | 3,32 | 4,65 | 10,66 | 14,95 | 81,46 | 114,05 |
| ИТОГО: | 25% | 28% | 8,28 | 10,89 | 9,33 | 12,16 | 42,35 | 56,63 | 288,73 | 382,4 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат "Розовый" В-2 | 50 | 60 | 1,5 | 1,8 | 5,89 | 7,07 | 3,32 | 3,98 | 72,15 | 86,58 |
| Суп картофельный с бобовыми | 150 | | 1,37 | | 2,57 | | 7,87 | | 60,29 | |
| Суп картофельный с бобовыми (мясо отварное добавка в суп) | | 200/15 | | 5,84 | | 4,35 | | 15,97 | | 139,84 |
| Котлеты "Здоровье" (из говядины) | 50 | 70 | 8,38 | 11,73 | 9,85 | 13,57 | 4,36 | 6,09 | 140,92 | 195,48 |
| Морковь тушеная | 120 | 150 | 1,32 | 1,65 | 3,58 | 4,47 | 9,22 | 11,52 | 84,91 | 106,14 |
| Компот из смеси сухофруктов | 130 | 200 | 0,25 | 0,38 | 0 | 0 | 15,9 | 24,56 | 62,27 | 95,8 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 32% | 29% | 14,8 | 25,36 | 22,25 | 30,18 | 50,69 | 82,16 | 472,74 | 728,24 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 12% | 7,03 | 7,67 | 6,08 | 6,37 | 30,6 | 36,01 | 213 | 240,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога "Зебра" со сметаной | 120/10 | 140/15 | 21,33 | 24,88 | 7,47 | 8,71 | 24,42 | 28,49 | 286,39 | 334,12 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | 3,97 | 4,76 | 3,48 | 4,18 | 6,74 | 8,09 | 74,08 | 88,89 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| ИТОГО: | 19% | 20% | 27,38 | 32,24 | 11,63 | 13,74 | 41,06 | 48,95 | 414,47 | 490,51 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 2,08 | 3,12 | 0,68 | 1,02 | 2,2 | 2,75 | 41,2 | 51,5 |
| Компот апельсиновый | 150 | 200 | 0,09 | 0,12 | | | 9,6 | 12,8 | 37,39 | 49,85 |
| ИТОГО: | 7% | 7% | 2,17 | 3,24 | 0,68 | 1,02 | 11,8 | 15,55 | 78,59 | 101,35 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 59,66 | 79,4 | 49,97 | 63,47 | 176,5 | 239,3 | 1467,53 | 1943,1 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,04 | 0,95 | 4,58 | 3,91 | | |

ПОНЕДЕЛЬНИК

2-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная рисовая | 130 | 150 | 3,44 | 3,97 | 4,52 | 5,21 | 19,02 | 21,95 | 131,72 | 151,98 |
| Чай с сахаром | 130 | 200 | 0,02 | 0,03 | 0,01 | 0,01 | 5,86 | 9,01 | 92,38 | 142,13 |
| Сыр порциями | 10 | 20 | 1,8 | 3,6 | 0,06 | 0,12 | 0,15 | 0,3 | 8,6 | 17,2 |
| Кондитерское изделие | 20 | 20 | 1,5 | 1,5 | 2,36 | 2,36 | 14,98 | 14,98 | 83,42 | 83,42 |
| ИТОГО: | 22% | 21% | 6,76 | 9,1 | 6,95 | 7,7 | 40,01 | 46,24 | 316,12 | 394,73 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат "Агеньчык" В-1 | 50 | 60 | 0,74 | 0,89 | 2,84 | 3,41 | 2,69 | 3,23 | 39,24 | 47,09 |
| Суп молочный с крупой | 150 | 200 | 4,61 | 6,15 | 4,22 | 5,63 | 15,31 | 20,41 | 118,51 | 158 |
| Биточки детские (из говядины) | 50 | 70 | 4,87 | 6,65 | 3,61 | 4,31 | 4,91 | 6,89 | 73,15 | 150,24 |
| Пюре картофельное | 100 | 150 | 2,18 | 3,27 | 3,11 | 4,72 | 14,66 | 22,03 | 95,59 | 144,03 |
| Кисель из сока | 150 | 200 | 0,33 | 0,43 | 0,05 | 0,06 | 26,78 | 35,7 | 110,33 | 147,1 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 33% | 34% | 14,71 | 21,35 | 14,19 | 18,85 | 74,37 | 108,3 | 489,02 | 750,86 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 12% | 7,03 | 7,67 | 6,08 | 6,37 | 30,6 | 36,01 | 213 | 240,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Бабка картофельная "Новая" (со сметаной) | 120/12 | 150/15 | 2,98 | 3,73 | 12,11 | 15,14 | 20,38 | 25,48 | 206,68 | 258,35 |
| Чай с молоком | 150 | 200 | 2,36 | 3,15 | 1,99 | 2,65 | 12,66 | 16,88 | 79,04 | 105,38 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 0,68 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| ИТОГО: | 20% | 23% | 7,42 | 8,96 | 14,78 | 18,47 | 42,94 | 52,26 | 339,72 | 417,73 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Компот из свежих плодов | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 17,91 | 21,49 | 73,95 | 88,74 |
| Голубцы овощные | 150 | 150 | 7,56 | 7,56 | 3,76 | 3,76 | 5,23 | 5,23 | 58,2 | 58,2 |
| ИТОГО: | 8% | 7% | 7,68 | 7,7 | 3,88 | 3,9 | 23,14 | 26,72 | 132,15 | 146,94 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 43,6 | 54,78 | 45,88 | 55,29 | 211,06 | 269,53 | 1490,01 | 1950,86 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,05 | 1,01 | 4,84 | 4,92 | | |

ВТОРНИК

2-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|---------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная "Геркулес" | 140 | 150 | 4,43 | 4,75 | 5,81 | 6,22 | 16,56 | 17,74 | 137,24 | 147,04 |
| Какао с молоком | 150 | 200 | 2,53 | 3,45 | 2,11 | 2,73 | 17,42 | 22,65 | 96,53 | 130,82 |
| Бутерброд с повидлом | 25 | 35 | 1,61 | 2,25 | 2,32 | 3,25 | 13,34 | 17,28 | 75,78 | 106,09 |
| ИТОГО: | 24% | 23% | 8,57 | 10,45 | 10,24 | 12,2 | 47,32 | 57,67 | 309,55 | 383,95 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Огурец консервированный (порциями) | 50 | 60 | 0,4 | 0,48 | 0,05 | 0,06 | 0,8 | 0,96 | 6,5 | 7,8 |
| Борщ с капустой (свежей) и картофелем (со сметаной) | 150/3 | 200/4 | 1,02 | 1,37 | 1,7 | 3,72 | 6,81 | 9,1 | 49,61 | 79,61 |
| Мясо отварное (добавка в суп) | | 15 | | 4,67 | | 4 | | 0,05 | | 54,99 |
| Фрикадельки рыбные | 60 | 70 | 6,05 | 7,06 | 1,52 | 1,77 | 5,06 | 5,9 | 66,23 | 77,27 |
| Пюре картофельное с морковью | 100 | 150 | 1,84 | 2,76 | 1,83 | 2,75 | 11,55 | 17,33 | 74,05 | 111,08 |
| Компот из смеси сухофруктов | 130 | 200 | 0,25 | 0,38 | 0 | 0 | 15,9 | 24,56 | 62,27 | 95,8 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 24% | 26% | 11,54 | 20,68 | 5,46 | 13,02 | 50,14 | 77,94 | 310,86 | 530,95 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Сок | 130 | 200 | 0,91 | 1,4 | 0,13 | 0,2 | 17,16 | 26,4 | 78 | 120 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 14% | 3,59 | 4,72 | 1,41 | 1,77 | 41,76 | 56,41 | 202,5 | 272,1 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Овощи (порциями) | 50 | 60 | 0,98 | 1,17 | 0,18 | 0,21 | 5,04 | 6,05 | 26,1 | 31,32 |
| Омлет натуральный (с маслом сливочным) | 120/7 | 150/7 | 11,16 | 13,95 | 20,69 | 25,86 | 2,09 | 2,61 | 243,73 | 304,66 |
| Кофейный напиток с молоком В-2 | 150 | 200 | 2,35 | 3,13 | 1,73 | 2,31 | 15,34 | 20,46 | 87,55 | 116,73 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 25 | 30 | 1,65 | 1,98 | 0,3 | 0,36 | 8,35 | 10,02 | 43,5 | 52,2 |
| Кондитерское изделие | 30 | 30 | 2,25 | 2,25 | 3,54 | 3,54 | 22,47 | 22,47 | 125,13 | 125,13 |
| ИТОГО: | 23% | 23% | 18,39 | 22,48 | 26,44 | 32,28 | 53,29 | 61,61 | 526,01 | 630,04 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Каша из тыквы | 130 | 150 | 1,44 | 1,74 | 3,08 | 3,55 | 11,42 | 14,36 | 50,23 | 57,26 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 1,02 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| ИТОГО: | 11% | 9% | 3,52 | 3,82 | 3,76 | 4,57 | 21,32 | 24,26 | 104,23 | 111,26 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 45,61 | 62,15 | 47,31 | 63,84 | 213,83 | 277,89 | 1453,15 | 1928,3 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,04 | 1,03 | 4,69 | 4,47 | | |

СРЕДА
2-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная пшенинная с яблоками | 130 | 150 | 2,9 | 3,66 | 5,03 | 5,8 | 21,73 | 24,69 | 139,13 | 165,15 |
| Чай с молоком В-1 | 150 | 200 | 2,8 | 3,72 | 2,01 | 2,67 | 17,84 | 23,72 | 101,43 | 134,97 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 25 | 25 | 2,6 | 2,6 | 0,85 | 0,85 | 12,37 | 12,37 | 67,5 | 67,5 |
| ИТОГО: | 23% | 21% | 8,3 | 9,98 | 7,89 | 9,32 | 51,94 | 60,78 | 308,06 | 367,62 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной В-2 (с репчатым луком) | 50 | 60 | 0,63 | 0,76 | 2,07 | 2,48 | 3,86 | 4,63 | 37,45 | 44,94 |
| Суп картофельный с бобовыми | 150 | | 3,4 | | 3 | | 12,74 | | 93,14 | |
| Суп картофельный с бобовыми (с птицей отварной) | | 200/15 | | 8,84 | | 7,16 | | 16,08 | | 136,27 |
| Биточки из птицы (паровые) | 60 | | 9,26 | | 9,43 | | 6,28 | | 82,96 | |
| Котлеты из птицы "Оригинальные" | | 80 | | 9,01 | | 14,47 | | 6,42 | | 189,43 |
| Картофель, запеченный со сметаной и сыром | 130 | 150 | 5,25 | 6,06 | 5,93 | 6,84 | 24,99 | 28,83 | 176,63 | 203,8 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 17,91 | 21,49 | 73,95 | 88,74 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 28% | 34% | 20,64 | 28,77 | 20,91 | 31,81 | 75,8 | 97,49 | 516,33 | 767,58 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 12% | 11% | 7,03 | 7,67 | 6,08 | 6,37 | 30,6 | 36,01 | 213 | 240,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Сырники, запеченные со сметаной (со сметаной) | 150/13 | 180/16 | 18,03 | 21,24 | 17,91 | 21,69 | 29,95 | 35,94 | 323,96 | 403,55 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | 3,97 | 4,76 | 3,48 | 4,18 | 6,74 | 8,09 | 74,08 | 88,89 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| ИТОГО: | 21% | 21% | 24,08 | 28,6 | 22,07 | 26,72 | 46,59 | 56,4 | 452,04 | 559,94 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Овощи, припущенные в молочном соусе | 80 | 130 | 0,96 | 2,18 | 0,95 | 1,95 | 6,52 | 10,59 | 21,08 | 72,5 |
| Отвар из шиповника | 150 | 200 | 0,46 | 0,61 | | 0 | 2,9 | 3,87 | 14,85 | 19,8 |
| ИТОГО: | 12% | 9% | 1,42 | 2,79 | 0,95 | 1,95 | 9,42 | 14,46 | 35,93 | 92,3 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 61,47 | 77,81 | 57,9 | 76,17 | 214,35 | 265,14 | 1525,36 | 2028,04 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 0,94 | 0,98 | 3,49 | 3,41 | | |

ЧЕТВЕРГ

2-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|---|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные | 100 | 130 | 3,16 | 4,11 | 2,75 | 3,57 | 21,35 | 27,76 | 125,56 | 163,23 |
| Кофейный напиток с молоком В-2 | 130 | 200 | 2,03 | 3,13 | 1,5 | 2,31 | 13,3 | 20,46 | 75,87 | 116,73 |
| Бутерброд с маслом | 25 | 35 | 2,26 | 3,16 | 3,32 | 4,65 | 10,66 | 14,95 | 81,46 | 114,05 |
| ИТОГО: | 20% | 21% | 7,45 | 10,4 | 7,57 | 10,53 | 45,31 | 63,17 | 282,89 | 394,01 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой | 150 | | 1,35 | | 1,33 | | 10,79 | | 59,42 | |
| Суп картофельный с крупой (с отв мясом добавка в суп) | | 200/15 | | 6,09 | | 3,47 | | 14,01 | | 114,33 |
| Колбаски по-Могилевски | 50 | 70 | 9,51 | 13,3 | 14,06 | 19,7 | 1,85 | 2,59 | 174,74 | 244,63 |
| Капуста тушеная (белокочанная свежая) | 120 | 150 | 2,95 | 3,69 | 4,16 | 5,2 | 12,36 | 9,89 | 101,7 | 127,12 |
| Компот из плодов сушеных (изюма) | 130 | 200 | 0,21 | 0,32 | 0 | 0 | 15,31 | 23,55 | 59,48 | 91,51 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 31% | 32% | 16 | 27,36 | 19,91 | 29,09 | 50,33 | 70,08 | 447,54 | 681,99 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Компот лимонный | 150 | 150 | 0,11 | 0,11 | 0,01 | 0,01 | 15,33 | 15,33 | 63,96 | 63,96 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 14% | 2,79 | 3,43 | 1,29 | 1,58 | 39,93 | 45,34 | 188,46 | 216,06 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Колбаса отварная | 50 | 100 | 6,4 | 12,8 | 9,1 | 18,2 | 0,75 | 1,5 | 128,5 | 257 |
| Сложный гарнир В-1 | 100 | 150 | 2,31 | 3,46 | 2,83 | 4,24 | 9,45 | 14,18 | 71,63 | 107,45 |
| Сок | 150 | 200 | 1,05 | 1,4 | 0,15 | 0,2 | 19,8 | 26,4 | 90 | 120 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 20 | 2,08 | 2,08 | 0,68 | 0,68 | 9,9 | 9,9 | 54 | 54 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 25 | 30 | 1,65 | 1,98 | 0,3 | 0,36 | 8,35 | 10,02 | 43,5 | 52,2 |
| ИТОГО: | 17% | 17% | 13,49 | 21,72 | 13,06 | 23,68 | 48,25 | 62 | 387,63 | 590,65 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Пудинг из тыквы и яблок | 150 | 150 | 2,25 | 2,25 | 2,43 | 2,43 | 12,16 | 12,16 | 46,76 | 46,76 |
| Компот из свежих плодов (яблоки) | 150 | 200 | 0,06 | 0,09 | | | 13,68 | 18,23 | 53,39 | 71,19 |
| ИТОГО: | 9% | 7% | 2,31 | 2,34 | 2,43 | 2,43 | 25,84 | 30,39 | 100,15 | 117,95 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 42,04 | 65,25 | 44,26 | 67,31 | 209,66 | 270,98 | 1406,67 | 2000,66 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 1,05 | 1,03 | 4,99 | 4,15 | | |

ПЯТНИЦА

2-ая неделя

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | ВЫХОД | | БЕЛКИ | | ЖИРЫ | | УГЛЕВОДЫ | | ККАЛ | |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Каша жидкая молочная "Дружба" | 130 | 150 | 4,17 | 4,81 | 4,39 | 5,06 | 22,44 | 25,89 | 147,64 | 170,35 |
| Чай с молоком В-1 | 150 | 200 | 2,8 | 3,72 | 2,01 | 2,67 | 17,84 | 23,72 | 101,43 | 134,97 |
| Бутерброд с сыром | 25 | 35 | 3,51 | 4,1 | 5,27 | 6,14 | 8,69 | 10,13 | 97,86 | 114,17 |
| ИТОГО: | 19% | 19% | 10,48 | 12,63 | 11,67 | 13,87 | 48,97 | 59,74 | 346,93 | 419,49 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат овощной с яйцом | 50 | 60 | 1,61 | 1,93 | 4,86 | 5,83 | 3,97 | 4,76 | 67,51 | 81,01 |
| Щи из свежей капусты со сметаной | 150/3 | | 1,08 | | 1,67 | | 3,52 | | 36,43 | |
| Щи из свежей капусты со сметаной (с говядиной отварной. добавка в суп) | | 200/4/15 | | 5,89 | | 2,95 | | 4,69 | | 73,32 |
| Биточки из говядины (паровые) В-1 | 50 | 70 | 7,35 | 10,29 | 3,03 | 4,28 | 4,51 | 6,31 | 76,07 | 126,67 |
| Свекла тушеная | 120 | 150 | 1,68 | 2,1 | 4,07 | 5,09 | 12,19 | 15,24 | 90,2 | 112,75 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 180 | 0,12 | 0,14 | 0,12 | 0,14 | 17,91 | 21,49 | 73,95 | 88,74 |
| Хлеб ржаной (порциями) | 30 | 60 | 1,98 | 3,96 | 0,36 | 0,72 | 10,02 | 20,04 | 52,2 | 104,4 |
| ИТОГО: | 30% | 31% | 13,82 | 24,31 | 14,11 | 19,01 | 52,12 | 72,53 | 396,36 | 586,89 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Кисломолочный продукт | 150 | 150 | 4,35 | 4,35 | 4,8 | 4,8 | 6 | 6 | 88,5 | 88,5 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| Фрукты | 150 | 180 | 0,6 | 0,72 | 0,6 | 0,72 | 14,7 | 17,64 | 70,5 | 84,6 |
| ИТОГО: | 13% | 13% | 7,03 | 7,67 | 6,08 | 6,37 | 30,6 | 36,01 | 213 | 240,6 |
| УЖИН | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога (с манной крупой) со сметаной | 140/12 | | 21,74 | | 17,87 | | 21,09 | | 340,13 | |
| Запеканка из творога (с манной крупой) | | 160 | | 24,51 | | 18,08 | | 23,72 | | 364 |
| соус | | 40 | | 2,03 | | 1,98 | | 17,36 | | 93,38 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | 3,97 | 4,76 | 3,48 | 4,18 | 6,74 | 8,09 | 74,08 | 88,89 |
| Хлеб пшеничный (порциями) | 20 | 25 | 2,08 | 2,6 | 0,68 | 0,85 | 9,9 | 12,37 | 54 | 67,5 |
| ИТОГО: | 20% | 20% | 27,79 | 33,9 | 22,03 | 25,09 | 37,73 | 61,54 | 468,21 | 613,77 |
| РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ДОМАШНИЙ УЖИН | | | | | | | | | | |
| Пирожки печеные с повидлом | 50 | 50 | 1,67 | 1,67 | 1,54 | 1,54 | 17,2 | 17,2 | 88,07 | 88,07 |
| Чай с сахаром | 150/7 | 200/7 | 0,08 | 0,11 | 0,01 | 0,02 | 9,59 | 12,79 | 37,3 | 49,73 |
| ИТОГО: | 14% | 13% | 1,75 | 1,78 | 1,55 | 1,56 | 26,79 | 29,99 | 125,37 | 137,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 100% | 100% | 60,87 | 80,29 | 55,44 | 65,9 | 196,21 | 259,81 | 1549,87 | 1998,55 |
| Соотношение Б:Ж:У | | | 1 | 1 | 0,91 | 0,82 | 3,22 | 3,24 | | |

