

Утверждаю

Заведующая МБДОУ Детский сад «Сказка»

Т. В. Антипова

Приказ № 327 от 28.10.2019г.

**Примерное 15 – дневное меню для
организации питания детей 1,5 -3 лет, посещающих
муниципальное бюджетное образовательное
учреждение детский сад «Сказка» р.п. Вознесенское
с 10 – часовым пребыванием.**

Примерное циклическое меню

День первый

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
184	Макароны отварные с маслом	150 гр.	4,6	7,15	30,60	103,89
187	Яйцо вареное	20 гр.	5,8	5,2	0,3	62,66
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,9	0	14,49	60,24
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01
	Всего за завтрак		12,0	27,55	54,04	401,84
Второй завтрак						
408	Сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0
Обед						
151	Икра кабачковая	40 гр.	0,6	2,15	1,90	14,80
67	Суп гороховый на м/к бульоне с гречками	200 гр.	4,27	3,10	13,48	108,24
251	Залеканка картофельная с отварным мясом	150 гр.	19,5	10,78	20,0	270,4
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,45	0	19,5	108,0
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6
	Всего за обед		27,0	14,27	71,99	569,02
Полдник						
492	Бутерброд с сыром	40/15 гр.	3,18	6,18	5,98	109,06
388	Какао с молоком	150 гр.	3,3	0,40	29,65	148,92
	Всего за полдник		6,48	6,58	34,48	257,98
	Всего за день		46,08	48,49	177,42	1315,22

День второй

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Присм пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
157	Каша гречневая вязкая на молоке	150 гр.	4,04	3,30	22,9	180,5
392	Кофейный напиток с молоком	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01
	Всего за завтрак		7,32	18,53	60,07	448,11
Второй завтрак						
408	Фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	45,0
Обед						
117	Свекла отварная тушенная	40 гр.	0,83	5,1	10,56	100,27
82	Щи из свежей капусты	200 гр.	2,28	4,77	8,20	90,79
267	Тефтели из говядины с рисом «сжики»	150 гр.	12,6	8,7	12,0	239,0
399	Компот из кураги	150 гр.	0,40	0	20,7	9,70
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6
	Всего за обед		28,51	18,16	70,32	515,36
Полдник						
429	Домашняя булочка с изюмом	70 гр.	2,90	6,48	35,79	218,60
406	Кисломолочный напиток	150 гр.	5,6	4,20	7,10	90,37
	Всего за полдник		8,5	10,68	42,89	308,97
	Всего за день		44,73	47,77	183,68	1317,44
						39,16

День третий

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
162	Каша овсяная из крупы геркулеса жидкая	150 гр.	5,3	3,0	16,0	182,5
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,10	0	14,49	60,24
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01
	Всего за завтрак		6,28	21,4	39,14	413,75
Второй завтрак						
408	Сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0
Обед						
308	Огурцы свежие	40 гр.	0,38	0,08	2,10	10,65
62	Борщ с картофелем, капустой	200 гр.	1,15	3,56	7,46	69,8
219	Рыбная котлета	60 гр.	12,5	10,9	1,0	145,5
	Картофельное пюре	140 гр.	3,26	4,8	26,38	62,8
400	Компот из свежих яблок с лимоном	150 гр.	0,20	0,18	23,76	100,50
	Хлеб ржачой	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6
	Всего за обед		19,89	19,92	78,43	464,85
Полдник						
172	Манные биточки	120 гр.	3,14	6,0	51,85	262,68
497	Кисель	150 гр.	1,30	0	25,01	131,50
	Всего за полдник		4,44	6,0	51,95	394,18
	Всего за день		34,45	40,95	178,1	1371,33
						18,03

День четвертый
 Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры	Углеводы		
		Завтрак					
165	Каша пшеничная молочная	150 гр.	5,04	4,80	28,0	150,30	0,26
392	Кофейный напиток с молоком	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60	1,0
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01	0
	Всего за завтрак		8,32	20,03	55,4	417,91	1,26
		Второй завтрак					
90	Фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	45,0	10,0
		Обед					
308	Свежий помидор	45 гр.	0,50	0,10	2,0	10,30	12,1
66	Суп овощной на курином бульоне	200 гр.	2,20	5,20	10,25	100,8	5,30
287	Курица отварная	70 гр.	20,4	13,90	0,90	187,10	0,75
306	Отварные макароны с маслом	130 гр.	5,1	2,9	24,6	164,5	0
398	Компот из свежих яблок	150 гр.	0,44	0,28	13,10	59,65	2,50
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6	0
	Всего за обед		31,04	23,98	68,58	543,37	20,65
		Полдник					
195	Запеканка из творога	120 гр.	20,39	3,11	38,27	180,0	0,20
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,09	0	12,20	60,24	0,01
	Хлеб пшеничный	40 гр.	3,85	0,45	22,17	101,0	0
	Всего за полдник		24,33	3,63	73,37	331,04	0,20
	Всего за день		64,09	37,64	206,62	1333,72	51,35

День пятый

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг.	
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
Завтрак											
167	Каша рисовая молочная	150 гр.	4,80	4,40	82,80	168,43	0,09	0,06	1,20	30,80	0,52
388	Какао с молоком	150 гр.	3,3	0,40	29,65	148,92	0,04	0,08	0,30	152,44	0,56
495	Хлеб пшеничный с маслом	40/5 гр.	1,42	13,89	6,85	175,05	0,02	0,01	0	4,30	0,18
	Всего за завтрак		9,52	18,69	64,5	492,4					
408	Сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0	0,02	0,02	4,0	20,0	0,20
Обед											
74	Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	200/7 гр.	2,10	5,0	10,0	202,6	0,03	0,04	3,17	24,0	0,52
245	Голубцы с мясом, рисом	150 гр.	12,0	12,60	6,70	305,5	0,10	0,05	2,10	50,11	1,55
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,45	0	19,5	108,0	0,02	0	0,13	49,50	0,98
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6	0	0	0	0	0
	Всего за обед		16,95	18,0	53,93	691,7					
Полдник											
	Фрукты (яблоко)	100 гр.	0,30	0	10,20	41,40	0,10	0,02	3,30	1,89	0,75
406	Ряженка	150 гр.	5,10	4,30	7,80	92,48	0,06	0,20	1,40	200,0	0,20
	Печенье витаминизированное	40 гр.	2,92	4,0	30,48	162,20	0,20	0,72	3,48	20,10	1,65
	Всего за полдник		8,32	8,3	48,48	296,08					
	Всего за день		35,29	44,99	179,61	1342,06					

День шестой
 Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
297	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150 гр.	5,30	8,72	48,99	180,43	0
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,10	0	14,49	60,24	0
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01	0
	Всего за завтрак		6,85	22,61	70,33	415,72	0
Второй завтрак							
408	Сок	100 гр.	0,5	0	12,70	55,0	4,0
Обед							
146	Свежий помидор	45 гр.	0,42	0,6	1,25	12,10	2,10
65	Свекольник	200 гр.	8,0	4,30	0,40	126,30	4,30
255	Котлета мясная	60 гр.	10,0	4,1	0,8	145,44	0,10
317	Пюре каргофельное	140 гр.	3,26	4,8	26,38	62,8	7,68
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,45	0	17,5	108,0	0,13
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,7	75,06	0
	Всего за обед		24,33	14,2	55,53	525,14	14,31
Полдник							
497	Бутерброд с джемом	40/25 гр.	1,68	2,98	30,40	168,75	0,06
388	Какао с молоком	150 гр.	3,3	0,40	29,65	148,92	0,30
	Всего за полдник		4,98	3,38	60,05	317,67	0,36
	Всего за день		40,96	39,19	198,61	1354,93	19,21

День седьмой
 Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
159	Каша манная молочная	150 гр.	6,40	0,33	30,30	168,10	0,15
388	Какао с молоком	150 гр.	2,4	0,40	28,5	146,3	0,30
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01	0
	Всего за завтрак		11,12	14,62	65,65	489,45	0,45
Второй завтрак							
408	Фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	47,0	10,0
Обед							
151	Икра кабачковая	40 гр.	0,6	2,15	1,90	14,80	27,20
82	Щи из свежей капусты	200 гр.	2,07	2,8	4,8	85,0	8,20
306	Отварные макароны с маслом	130 гр.	5,1	2,9	20,6	164,5	0
270	Сосиски отварные	80 гр.	6,18	16,04	4,61	187,54	0
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,4	75,6	0
399	Компот из кураги	150	0,40	0	20,7	10,70	0,12
	Всего за обед		17,95	22,09	69,01	538,14	35,52
Полдник							
447	Оладьи с маслом	100 гр.	9,8	15,02	60,2	180,20	0,10
381	Кисломолочный напиток	150 гр.	4,40	5,25	16,95	132,0	0,9
	Всего за полдник		14,2	20,27	77,15	312,20	11,9
	Всего за день		54,15	36,98	202,21	1386,79	57,89

День восьмой

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
155	Каша «Дружба» молочная с маслом	150 гр.	4,50	4,10	23,37	159,20
391	Кофейный напиток	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01
	Всего за завтрак		7,78	19,23	50,77	426,81
Второй завтрак						
	Фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	45,0
Обед						
308	Огурец свежий	40 гр.	0,38	0,10	2,30	12,30
70	Сул картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200 гр.	2,88	3,30	6,52	108,12
290	Рагу овощное с мясом	150 гр.	12,10	10,20	13,40	200,02
400	Компот из свежих яблок с лимоном	150 гр.	0,20	0,18	23,76	100,50
	Хлеб ржасой	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6
	Всего за обед		17,96	14,18	63,71	496,54
Полдник						
188	Омлет натуральный	100 гр.	8,35	10,75	0,9	185,5
	Хлеб пшеничный	40 гр.	3,85	0,45	22,17	101,0
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,10	0	14,49	60,24
	Всего за полдник		12,30	11,2	37,56	346,74
	Всего за день		39,54	45,71	173,04	1359,09

День девятый
 Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
168	Каша ячневая молочная	150 гр.	6,20	3,89	26,40	168,20
391	Кофейный напиток	150 гр.	2,40	0,03	12,0	88,60
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01
	Всего за завтрак		8,6	19,12	47,07	435,81
Второй завтрак						
408	Сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0
Полдник						
3	Свежая капуста с морковью	70 гр.	1,60	1,07	3,25	111,50
	Борщ с картофелем, капустой	200 гр.	2,07	1,60	10,18	141,30
303	Рис отварной с маслом	130 гр.	1,40	4,99	22,30	38,56
223	Рыбная котлета	60 гр.	12,5	10,9	1,0	145,5
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,45	0	19,5	108,0
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6
	Всего за обед		20,42	18,96	73,96	620,46
Обед						
202	Творожные сырники с джемом	150 гр.	10,30	5,20	35,60	277,12
394	Кисель	150 гр.	1,28	0	26,83	89,05
	Всего за полдник		11,5	5,20	42,43	266,17
	Всего за день		41,02	43,28	176,16	1377,44

День десятый

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
165	Каша пшеничная молочная	150 гр.	5,04	4,80	28,0	150,30	0,26
388	Какао с молоком	150 гр.	3,3	0,40	29,65	148,92	0,30
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/40 гр.	0,88	15,20	8,65	179,01	0
	Всего за завтрак		9,22	20,0	66,3	478,23	0,56
Второй завтрак							
	Фрукты	100 гр.	0,40	0,40	10,40	45,0	10,0
Обед							
107	Зеленый горошек	40 гр.	1,40	0,30	7,0	90,68	2,15
73	Сул картофельный с рыбой	200 гр.	7,2	2,84	11,45	101,2	5,34
297	Каша гречневая рассыпчатая	130 гр.	1,13	4,62	20,96	129,52	0,20
242	Бефстроганов из отварной говядины	60 гр.	14,08	13,4	2,0	140,0	0,10
398	Компот из свежих яблок	150 гр.	0,14	0,28	13,10	39,65	2,50
	Хлеб ржаной	40 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6	0
	Всего за обед		25,35	31,74	72,24	576,57	10,29
Полдник							
	Зефир	40 гр.	0,40	0	21,0	128,9	0
406	Кисломолочный напиток	150 гр.	5,10	4,30	7,80	92,48	1,40
	Хлеб пшеничный	40 гр.	3,32	0,52	19,24	90,80	0
	Всего за полдник		8,82	4,82	48,04	312,18	2,5
	Всего за день		43,79	56,96	196,98	1411,98	23,35

Примерное циклическое меню

День одиннадцатый

Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
161	Каша молочная пшеничная/кукурузная	150 гр.	7,00	3,05	30,27	180,60
388	Чай с молоком	150 гр.	0,94	0,01	11,88	51,37
495	Хлеб пшеничный с маслом	7/40 гр.	1,52	16,8	9,46	180,04
	Всего за завтрак		9,46	19,86	51,61	412,01
Второй завтрак						
408	Сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0
Обед						
64	Рассольник Ленинградский	200 гр.	2,20	4,0	12,10	114
232	Сельдь с картофелем	30/130 гр.	6,81	19,61	26,06	219,44
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,22	0	18,20	70,42
	Хлеб ржаной	30 гр.	2,3	0,3	17,63	74,2
	Всего за обед		12,03	23,91	86,69	533,06
Полдник						
131	Пудинг из моркови и яблок	150 гр.	4,8	8,4	28,32	200,40
406	Кисломолочный напиток	150 гр.	5,6	4,2	7,10	90,37
	Всего за полдник		10,4	12,6	35,42	290,77
	Всего за день		31,89	56,37	173,72	1235,84

Примерное циклическое меню

День двенадцатый

Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Возрастная категория:	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	
			Белки	Жиры			Углеводы
Завтрак							
157	Каша манная молочная	150 гр.	6,40	0,33	30,30	144,10	0,15
392	Кофейный напиток с молоком	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60	1,0
492	Бутерброд с сыром	15\30.	5,30	8,30	8,78	139,04	0,12
	Всего за завтрак		14,1	8,66	57,82	370,74	1,27
Второй завтрак							
	фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	45,0	10,0
Обед							
79	Щи из квашенной капусты с мясом	200 гр.	1,30	5,30	3,48	74,02	5,04
179	Пюре из гороха с мясом	170.	1,90	7,88	24,30	150,40	0,00
400	Компот свежих яблок с лимоном	150 гр.	0,20	0,18	23,30	100,10	2,20
	Хлеб ржаной	30 гр.	2,4	0,4	17,73	75,6	0
	Всего за обед		6,2	14,16	7921	445,12	17,24
Полдник							
428	Булочка ванильная	60 гр.	4,19	4,50	30,8	180,80	0,00
405	Молоко кипяченое	150 гр.	5,50	5,48	9,07	118,10	0
	Всего за полдник		9,69	9,98	39,87	298,9	0
	Всего за день		29,99	32,8	176,95	1114,76	18,51

Примерное циклическое меню

День тринадцатый

Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Возрастная категория:	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
86	Вермишель молочная	150 гр.	3,42	1,5	20,10	110,20
392	Кофейный напиток с молоком	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60
495	Хлеб пшеничный с маслом	5/30.	0,88	15020	8,65	179,01
	Всего за завтрак		6,7	16,73	47,5	377,81
Второй завтрак						
	фрукты	100 гр.	0,4	0,4	10,40	45,0
Обед						
308	Свежий помидор	45 гр.	0,50	0,10	2,0	10,30
62	Борщ с картофелем, капустой	200гр.	1,15	3,56	7,46	69,8
258	Плов из отварной говядины	150 гр.	18,2	15,00	20,60	289,58
399	Компот из сухофруктов	150 гр.	0,22	0	18,20	70,42
	Хлеб ржаной	30гр	2,3	0,3	17,63	74,2
	Всего за обед		22,77	19,36	76,29	559,3
Полдник						
50	Винегрет овощной	120гр.	1,10	8,98	5,98	110,10
381	Чай с сахаром	150 гр.	0,10	0	14,49	60,24
	Всего за полдник		2,3	9,43	42,64	271,34
	Хлеб пшеничный	30	1,10	0,45	22,17	101,0
	Всего за день		31,77	45,52	166,43	120,45
						29,94

Примерное циклическое меню

День четырнадцатый

Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Возрастная категория:	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
			Белки	Жиры		
Завтрак						
167	Каша рисовая молочная	150 гр.	4,80	4,40	82,80	168,43
388	какао с молоком	150 гр.	3,3	0,40	29,65	148,92
495	Хлеб пшеничный с маслом	5\30.	0,88	15020	8,65	179,01
	Всего за завтрак		8,98	20,0	121,1	496,36
Второй завтрак						
	сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0
Обед						
308	Свежий огурец	40 гр.	0,38	0,10	2,30	13,30
72	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200гр.	7,10	2,85	11,10	102,70
185	Макаронник с мясом	150 гр.	28,75	36,19	71,76	727,30
400	Компот из свежего яблока с лимоном	150 гр.	0,20	0,18	23,76	100,50
	Хлеб ржаной	30гр	2,3	0,3	17,63	74,2
	Всего за обед		38,35	39,62	139,25	1072
Полдник						
124	Зразы картофельные с овощами	150гр.	5,32	9,35	24,52	210,22
406	йогурт	150 гр.	5,6	4,20	7,10	90,37
	Всего за полдник		12,02	14	53,79	401,59
	Хлеб пшеничный	30	1,10	0,45	22,17	101,0

Примерное циклическое меню

День пятнадцатая возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Андрей Федорович
28.10.2009
Антимов

Возрастная категория: рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, гр.		Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	
			Белки	Жиры			Углеводы
Завтрак							
159	Каша манная молочная	150 гр.	6,40	0,33	30,30	168,10	0,15
391	Кофейный напиток	150 гр.	2,40	0,03	18,75	88,60	1,0
495	Хлеб пшеничный с маслом	5\30.	0,88	15,20	8,65	179,01	0
	Всего за завтрак		9,68	15,56	57,7	435,71	1,15
Второй завтрак							
	сок	100 гр.	0,50	0	12,70	55,0	4,0
Обед							
308	Свежий помидор	45гр.	0,42	0,6	1,25	12,10	2,10
86	Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной	200гр.	1,60	4,72	4,12	72,10	5,04
247	Жаркое по домашнему	180 гр.	20,00	17,20	16,20	300,33	0,18
398	Компот из свежего яблока	150 гр.	0,14	0,28	13,10	39,65	2,50
	Хлеб ржаной	30гр	2,3	0,3	17,63	74,2	0
	Всего за обед		24,96	23,1	65	553,38	13,82
Полдник							
143	Яблоки печеные	100гр.	0,25	0,24	24,55	101,36	1,93
497	кисель	150 гр.	1,30	0	25,01	131,50	0
	Всего за полдник		2,65	0,69	71,73	333,86	1,96
	Хлеб пшеничный	30	1,10	0,45	22,17	101,0	0
	Всего за день		37,29	39,35	194,43	1322,95	16,91