

Утверждено:

И.О. Директора МБДОУ
«Центр развития ребенка»
Детский сад «Сказка»

Фадеева Т.Ю.



**Утвержденное примерное Десятидневное меню
МБДОУ «Центр развития ребенка» Детский сад « Сказка»
Ковылкинского муниципального района Республики Мордовия**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккка)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак	Рожки отварные с маслом	120	3,56	4,64	20,94	135,33	195	
		130	5,34	6,96	31,45	203		
	Кофейный напиток с молоком	180	1,08	1,08	11,67	76,67	253	
		200	1,3	1,3	14	92		
	Яйцо отварное	25	5,1	4,6	0,3	63	209	
		25	5,1	4,6	0,3	63		
	Булка с маслом	30	3,61	5,4	9,75	106		
		48	5,06	7	14,62	145		
Итого за завтрак		355	13,35	15,72	42,66	448,67		
		403	16,8	19,86	60,37	503		
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368	
		150	0,3	0	36	138		
	Итого за второй завтрак		150	0,3	0	36	138	
			150	0,3	0	36	138	
Обед	Салат из капусты	40	0,6	2,8	1,9	36,3	46	
		60	0,9	4,2	2,9	54,4		
	Суп "Полевой"	200	3,6	2,4	19,8	210,04	145	
		250	4,5	3	24,75	262,55		
	Запеканка картофельная с мясом	140	13,68	5,01	11,61	172,34	151	
		160	15,63	5,73	13,26	196,96		
Компот из	150	0,43	0	21,42	81	241		

	сухофруктов	200	0,48	0	23,8	90	115
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
	Итого за обед	570	21,03	10,69	73,29	585,68	
720		24,91	13,53	87,91	711,11		
Полдник	Молоко	160	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Печенье	30	4,1	2,3	13,2	94	609
		30	6,15	3,45	19,8	141	
	Итого за полдник	190	8,45	6,05	20,4	175	
210		11,95	8,45	29,4	249		
Ужин	Творожно рисовая запеканка	150	14,15	9,29	13,65	175,5	77
		170	21,22	13,94	20,48	328,5	
	Чай	180	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб Пшеничный	30	2,02	0,3	11,65	55	1
		35	2,4	0,36	13,98	66	
	Сгущенное молоко	30	1,44	1,7	11,2	63	
		40	1,8	2,12	14	78,7	
Итого за ужин	390	17,61	11,29	45,48	323,5		
	445	25,42	16,42	60,44	516,2		
Итого за первый день	1655	60,74	43,75	217,83	1670,85		
	1928	79,08	58,26	238,12	1979,31		

День 2

Завтрак	Суп вермишелевый молочный	180	4,9	5,35	16,29	132,84	44
		200	5,44	5,94	18,1	155	
	Какао с молоком	150	1	1,08	10,83	75	248
		200	1,2	1,3	13	90	
Батон нарезной	30	2,37	0,3	15,57	70,08		

		48	3,16	0,4	20,76	94,4	
	Итого за завтрак	360	8,27	6,73	42,69	277,92	
		448	9,8	7,64	51,86	339,4	
Второй завтрак	Сок	100	0,8	3,42	3,07	48	399
		150	1,13	4,56	4,09	64	
	Итого за второй завтрак	100	0,8	3,42	3,07	48	
		150	1,13	4,56	4,09	64	
Обед	Салат "Деревенский"	40	0,22	1,23	0,69	14,74	15
		60	0,32	1,85	1,04	22,12	
	Щи со сметаной	180	2,95	4,8	6,87	94,49	56
		250	3,68	7,07	8,58	118	
	Гуляш из печени	60	4,5	5,7	1,85	123,6	152
		80	6	7,6	2,47	164,8	
	Гречка отварная с маслом	100	3	4,27	14,6	175,33	186
		130	4,5	6,4	21,9	263	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
Итого за обед	570	13,82	16,48	63,99	575,16		
	770	18,38	23,52	80,99	765,12		
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Плюшка	60	4,4	3,1	27,9	159	280
		70	4,62	3,29	29,33	166,6	
	Итого за полдник	210	8,75	6,85	35,1	240	
250		10,42	8,29	38,93	274,6		
Ужин	Овощное рагу	210	11,45	11,39	17,5	225,6	77

		240	14,28	14,24	21,88	282	
	Чай	150	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,43	0,36	13,98	66	1
		30	2,8	0,42	16,31	77	
	Итого за ужин	385	13,88	11,75	40,46	321,6	
		470	17,08	14,66	50,17	402	
	Итого за второй день	1625	45,52	41,81	185,31	1462,68	
2088		56,81	58,67	226,04	1845,12		
День 3							
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	5,26	6,07	21,29	159,75	96
		200	7,01	8,09	28,9	213	
	Кофейный напиток с молоком	180	1,08	1,08	11,67	76,67	253
		200	1,3	1,3	14	92	
	Булка с сыром	35	3,61	5,4	9,75	106	
		55	5,06	7	14,62	145	
Итого за завтрак	365	10	13	43	342		
455	13,37	16,39	57,52	450			
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368
		150	0,3	0	36	138	
	Итого за второй завтрак	150	0,3	0	36	138	
		150	0,3	0	36	138	
Обед	Куриный бульон с яйцом и гренками	180	2,7	8,4	18,1	165,9	49
		200	2,3	9,38	20,14	184,38	
	Капуста тушеная с курицей	180	9	7,5	7,36	255	200
		200	10	8,2	10,8	280	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	

Полдник	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
	Итого за обед:	550	14,85	16,38	65,44	587,9	
		650	16,18	18,18	77,94	661,58	
	Молоко	160	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Вафли	40	0,87	0,99	23,25	106,251	87
		40	1,168	1,332	31	141,668	
	Итого за полдник	200	5,22	4,74	30,45	187,251	
		220	6,968	6,332	40,6	249,668	
Ужин	Сырники	110	6,34	7,2	22,68	281,1	130
		120	11,2	12,69	40,2	498,3	
	Салат морковный	40	0,55	2,6	3,5	38	25
		60	0,6	3,5	4,82	51,8	
	Молочня подлива	50	1,44	1,7	11,2	63	2
		50	1,8	2,12	14	78,7	
	Чай	180	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,43	0,36	13,98	66	1
		30	2,8	0,42	16,31	77	
	Итого за ужин	355	10,76	11,86	60,34	478,1	
		460	16,4	15,23	82,49	697	
	Итого за второй день	1620	41,08	45,53	234,94	1733,671	
1935		53,218	59,632	299,37	2248,048		
4 день							
Завтрак	Каша геркулесовая	150	4,76	6,38	16,4	140,25	93
		200	6,35	8,51	21,86	187	
	Какао с молоком	180	1	1,08	10,83	75	248
		200	1,2	1,3	13	90	
	Батон нарезной	30	2,37	0,3	15,57	70,08	

		40	3,16	0,4	20,76	94,4	
	Итого за завтрак	360	8,13	7,76	42,8	285,33	
		440	10,71	10,21	55,62	371,4	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0	11,7	47	399
		150	0,75	0	15,5	70,5	
	Итого за второй завтрак	100	0,5	0	11,7	47	
		150	0,75	0	15,5	70,5	
Обед	Салат из свежей капусты	40	0,6	2,8	1,9	36,3	46
		60	0,9	4,2	2,9	54,4	
	Суп овощной	200	7,08	5	9,9	109,5	770
		250	8,85	6,25	12,38	136,88	
	Плов с мясом	160	24	22,18	40,14	456	304
		180	27	24,95	45,16	543	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
Итого за обед	590	34,83	30,46	91,92	768,8		
	740	40,63	36	107,44	931,48		
Полдник	Молоко	160	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Гренки с сыром	35	4,7	4,8	17,9	134,2	117
		35	5,5	5,6	20,9	156,59	
	Итого за полдник	195	9,05	8,55	25,1	215,2	
	215	11,3	10,6	30,5	264,59		
Ужин	Салат "Пестрый"	40	0,35	2,81	3,11	38,32	22
		60	0,53	4,21	4,66	57,47	
	Омлет	130	6,28	7,24	2,56	99,9	110
		150	7,065	8,154	2,88	111,43	

	Чай	150	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	1
		30	2,4	0,36	13,98	66	
	Итого за ужин	345	8,65	10,35	26,3	223,22	
		440	9,995	12,724	33,5	277,9	
	Итого за четвертый день	1590	61,16	57,12	197,82	1539,55	
		1985	73,385	69,534	242,56	1915,87	

День 5

Завтрак	Каша рисовая с молоком	150	4,16	5,6	19,56	44	173
		200	6,16	7,6	21,56	146	
	Кофейный напиток с молоком	180	1,08	1,08	11,67	76,67	253
		200	1,3	1,3	14	92	
	Булка с маслом	30	3,61	5,4	9,75	106	133
		48	5,06	7	14,62	145	
	Итого за завтрак	360	9	12	41	227	
		448	12,52	15,9	50,18	383	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368
		150	0,3	0	36	138	
	Итого за второй завтрак	150	0,3	0	36	138	
		150	0,3	0	36	138	
Обед	Огурец свежий	30	0,32	0,08	1,04	5,6	29
		60	0,48	0,12	1,56	8,4	
	Суп лапша на курином бульоне	180	4,3	3,9	17,51	105,6	38
		200	6,45	5,16	21,92	148,87	
	Суфле куриное	60	11,8	6,43	2,65	115,74	183
		80	7,35	7,35	3,03	132,27	

	Картофельное пюре	110	2,38	3,43	5,89	90,8	206
		130	2,82	4,05	6,96	107,38	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
	Итого за обед	570	21,95	14,32	67,07	484,74	
		720	20,98	17,28	80,47	594,12	
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Пряник	40	2,5	3,2	27,3	149,2	603
		50	3,2	4,1	34,2	186,5	
	Итого за полдник	190	6,85	6,95	34,5	230,2	
230		9	9,1	43,8	294,5		
Ужин	Биточки рыбные	70	6,83	3,81	24,8	99,75	134
		80	7,8	4,35	28,3	114	
	Гороховое пюре	110	12,6	6,2	33,3	228,8	160
		130	12,8	6,9	34,1	230,1	
	Чай	180	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	1
		30	2,4	0,36	13,98	66	
	Итого за ужин	385	21,45	10,31	78,73	413,55	
		440	23	11,61	88,36	453,1	
Итого за пятый день	1655	59,4	43,66	257,28	1493,16		
	1988	56,8	44,79	255,01	1568,22		
День 6							
Завтрак	Каша сборная	150	4,5	4,7	20,3	141,3	85
		200	6,02	6,28	27,02	188,4	

	Булка с сыром	30	3,61	5,4	9,75	106		
		55	5,06	7	14,62	145		
	Какао с молоком	180	1	1,08	10,83	75		248
		200	1,2	1,3	13	90		
	Итого за завтрак	360	9	11	41	322		
	455	12,28	14,58	54,64	423,4			
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368	
		150	0,3	0	36	138		
	Итого за второй завтрак	150	0,3	0	36	138		
		150	0,3	0	36	138		
Обед	Борщ со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	27	
		250	3,52	5,98	9,78	117		
	Салат из капусты	40	0,6	2,8	1,9	36,3	46	
		60	0,9	4,2	2,9	54,4		
	Зразы мясные	100	16,2	19,5	9,3	277	171	
		110	17,82	21,45	10,23	304,7		
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241	
		200	0,48	0	23,8	90		
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115	
		50	3,4	0,6	23,2	107,2		
Итого за обед	530	22,77	27,57	59,01	573,99			
	670	26,12	32,23	69,91	673,3			
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255	
		180	5,8	5	9,6	108		
	Вафли	40	0,87	0,99	23,25	106,251	87	
		40	1,168	1,332	31	141,668		
	Итого за полдник	190	5,22	4,74	30,45	187,251		
	220	6,968	6,332	40,6	249,668			
Ужин	Творожная запеканка с изюмом	150	7,89	6,47	43,21	262,6	896	
		170	9,105	7,47	49,86	303		

	Молочня подлива	50	1,44	1,7	11,2	63	263,264	
		50	1,8	2,12	14	78,7		
	Чай	180	1,62	0,24	9,32	44		
		200	2,02	0,3	11,65	55		
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55		1
		30	2,4	0,36	13,98	66		
	Итого за ужин	405	12,97	8,71	75,38	424,6		
		450	15,325	10,25	89,49	502,7		
Итого за шестой день	1635	50,37	52,2	241,72	1646,141			
	1945	60,993	63,392	290,64	1987,068			
День 7								
Завтрак	Каша манна молочная	150	1,08	1,08	11,67	76,67	88	
		200	1,3	1,3	14	92		
	Кофейный напиток с молоком	180	1,08	1,08	11,67	76,67	253	
		200	1,3	1,3	14	92		
	Булка с маслом	30	3,61	5,4	9,75	106	133	
		48	5,06	7	14,62	145		
Итого за завтрак	360	5,77	7,56	33,09	259,34			
	448	7,66	9,6	42,62	329			
Второй завтрак	Сок	100	0,8	3,42	3,07	48	399	
		150	1,13	4,56	4,09	64		
	Итого за второй завтрак	100	0,8	3,42	3,07	48		
		150	1,13	4,56	4,09	64		
Обед	Сала "Деревенский"	40	0,43	0	2,64	29,49	15	
		50	0,54	0	3,3	36,86		
	Суп гороховый	160	4,16	1,84	10,4	100,78	90	
		250	7,15	3,6	20,15	124,4		
	Кртофель по Деревенски	110	2,83	3,42	18,4	138,76	308	
		130	3,07	3,71	19,33	150,32		
	Тефтели куриные	60	4,27	14,7	7,91	181,3	41	

		80	4,88	16,8	9,04	207,2		
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241	
		200	0,48	0	23,8	90		
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115	
		50	3,4	0,6	23,2	107,2		
Итого за обед		560	14,84	20,44	79,33	617,33		
		630	16,45	21	79,49	565,66		
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255	
		180	5,8	5	9,6	108		
	Ватрушка с повидлом	60	3,82	2,55	37,8	190	458	
		70	5,09	3,4	50,42	253		
	Итого за полдник		210	8,17	6,3	45	271	
		250	10,89	8,4	60,02	361		
Ужин	Рыба тушеная с овощами	70	6,7	3,47	30,32	70,88	144	
		80	7,66	3,97	34,65	81		
	Перловка	110	2,24	2,34	14,3	89,06	257	
		130	2,8	2,93	17,93	111,33		
	Чай	180	0	0	8,98	30	263,264	
		200	0	0	11,98	43		
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	1	
		30	2,4	0,36	13,98	66		
	Итого за ужин		385	10,96	6,11	65,25	244,94	
			440	12,86	7,26	78,54	301,33	
Итого за седьмой день		1615	40,54	43,83	225,74	1440,61		
		1918	48,99	50,82	264,76	1620,99		
День 8								
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	3	4,27	14,6	175,33	186	
		200	4,5	6,4	21,9	263		
	Какао с молоком	150	1	1,08	10,83	75	248	

		200	1,2	1,3	13	90	
	Булка с сыром	30	3,61	5,4	9,75	106	
		55	5,06	7	14,62	145	
	Итого за завтрак	330	8	11	35	356	
		455	10,76	14,7	49,52	498	
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368
		150	0,3	0	36	138	
	Итого за второй завтрак	150	0,3	0	36	138	
		150	0,3	0	36	138	
Обед	Огурец свежий	40	0,32	0,08	1,04	5,6	29
		60	0,48	0,12	1,56	8,4	
	Суп с яйцом со сметаной	200	1,88	2,26	13,3	81	257
		250	2,35	2,8	16,6	101	
	Котлеты	60	7,03	5,73	5,11	99,38	161
		70	9,84	8,02	7,16	139,13	
	Макаронны отварные	100	3,56	4,64	20,97	135,33	195
		130	5,34	6,96	31,45	203	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
Итого за обед	590	15,94	13,19	80,4	488,31		
	760	21,89	18,5	103,77	648,73		
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	609
		30	6,15	3,45	19,8	141	
	Итого за полдник	170	8,45	6,05	20,4	175	
210		11,95	8,45	29,4	249		
Ужин	Лакомка из творога	150	14,5	9,4	1,36	163,3	81

	Чай	160	21,8	11,78	1,7	204,2	263,264
		180	0	0	8,98	30	
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	1
		30	2,4	0,36	13,98	66	
	Итого за ужин	355	16,52	9,7	21,99	248,3	
		390	24,2	12,14	27,66	313,2	
	Итого за восьмой день	1595	49	39,69	193,97	1405,94	
1965		69,1	53,79	246,35	1846,93		

День 9

Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	150	4,98	5,69	21,1	153	99
		200	6,64	7,59	28,13	204	
	Кофейный напиток с молоком	180	1,08	1,08	11,67	76,67	253
		200	1,3	1,3	14	92	
	Булка с маслом	30	3,61	5,4	9,75	106	133
		48	5,06	7	14,62	145	
	Итого за завтрак	360	9,67	12,17	42,52	335,67	
448		13	15,89	56,75	441		
Второй завтрак	Фрукты (яблоко)	150	0,3	0	36	138	368
		150	0,3	0	36	138	
	Итого за второй завтрак	150	0,3	0	36	138	
		150	0,3	0	36	138	
Обед	Рассольник со сметаной	200	3,28	4,8	16,76	116,11	33
		250	4,1	7,16	20,93	145	
	Капуста тушеная с курицей	180	14,29	11,71	9,73	201	200
		200	19,7	15	13,65	269	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115

		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
	Итого за обед	570	20,72	16,99	66,47	484,11	
		700	27,68	22,76	81,58	611,2	
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Пряник	40	2,5	3,2	27,3	149,2	603
		50	3,2	4,1	34,2	186,5	
	Итого за полдник	190	6,85	6,95	34,5	230,2	
230		9	9,1	43,8	294,5		
Ужин	Суфле рыбное "Штурман"	80	23,8	5,6	0,1	146,6	88
		90	26,7	6,3	0,11	164,99	
	Гороховое пюре	80	12,6	6,2	33,3	228,8	160
		100	12,8	6,9	34,1	230,1	
	Чай	150	0	0	8,98	30	263,264
		200	0	0	11,98	43	
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	1
		30	2,4	0,36	13,98	66	
	Итого за ужин	335	38,42	12,1	54,03	460,4	
		420	41,9	13,56	60,17	504,09	
Итого за девятый день	1605	75,96	48,21	233,52	1648,38		
	1948	91,88	61,31	278,3	1988,79		
День 10							
Завтрак	Суп вермишелевый молочный	180	4,39	4,36	14,99	116,25	44
		200	5,85	5,81	19,99	155	
	Кофейный напиток с молоком	150	1,08	1,08	11,67	76,67	253
		200	1,3	1,3	14	92	
	Булка с сыром	25 (10)	3,61	5,4	9,75	106	
		40/15	5,06	7	14,62	145	
Итого за завтрак	365	9,08	10,84	36,41	298,92		
	455	12,21	14,11	48,61	392		

Второй завтрак	Сок	100	0,8	3,42	3,07	48	399
		150	1,13	4,56	4,09	64	
	Итого за второй завтрак	100	0,8	3,42	3,07	48	
		150	1,13	4,56	4,09	64	
Обед	Сала "Здоровье"	40	0,51	4,55	4,78	63	22
		60	0,68	6,06	6,38	84	
	Суп - уха	200	4,24	5,2	20,24	112,8	41
		250	5,3	6,5	25,3	150,3	
	Печень в сметанном соусе	80	12,5	5,07	19	100,49	45
		100	15,7	6,3	2,4	125,6	
	Картофельное пюре	110	2,38	3,43	5,89	90,8	206
		130	2,82	4,05	6,96	107,38	
	Компот из сухофруктов	150	0,43	0	21,42	81	241
		200	0,48	0	23,8	90	
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	18,56	86	115
		50	3,4	0,6	23,2	107,2	
Итого за обед		620	22,78	18,73	89,89	534,09	
		790	28,38	23,51	88,04	664,48	
Полдник	Молоко	150	4,35	3,75	7,2	81	255
		180	5,8	5	9,6	108	
	Булочка "Розочка"	60	4,8	1,5	30	156	280
		70	5,6	1,8	35	182	
	Итого за полдник		210	9,15	5,25	37,2	237
		250	11,4	6,8	44,6	290	
Ужин	Огурец соленый	50	0,1	0	0,2	1,65	7
		60	0,12	0	0,24	1,98	
	Омлет	80	6,28	7,24	2,56	99,9	110
		90	7,065	8,154	2,88	111,43	
	Чай	150	0	0	8,98	30	263,264

		200	0	0	11,98	43	1
	Хлеб пшеничный	25	2,02	0,3	11,65	55	
		25	2,4	0,36	13,98	66	
	Итого за ужин	280	6,38	7,24	11,74	131,55	
		350	7,185	8,154	15,1	156,41	
	Итого за десятый день	1575	48,19	45,48	178,31	1249,56	
		1995	60,305	57,134	200,44	1566,89	
	Среднее значение за период	1617	53,178	46,128	216,644	1529,0542	
		1776	59,7343	51,77	224,222	1631,9188	

