

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

детский сад № 3 «Малыш»

г. Томари Сахалинской области

Т.Н.Манжара

2023 г.



**Меню 10-ти дневное  
приготавливаемых блюд**

**возрастная категория: от 1,6 лет до 3 лет**

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые веще	
			Б	Ж
<b>День 1</b>				
завтрак	Каша манная молочная.	150	3.8	5.9
	Кофейный напиток на молоке.	170	2.52	2.52
	Бутерброд с маслом.	30^5	2.40	4.4
	<b>Всего</b>	<b>355</b>	<b>8.72</b>	<b>12.82</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт "Снежок"	100	0.55	-
	Печенье.	15	1.58	0.78
	<b>Всего</b>	<b>115</b>	<b>2.13</b>	<b>0.78</b>
Обед	Бульон куриный с яйцом	150	13.73	7.2
	Гуляш	50^50	14.5	15.7
	Макароны отварные	100	3.58	2.83
	Салат из свеклы с растительным маслом	40	0.5	2.9
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	15	0.8	0.13
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>570</b>	<b>34.82</b>	<b>28.9</b>
Полдник	Пирожок с картофелем	50	3.4	2.2
	Чай с сахаром	150	0.1	0.02
	Банан	50	0.85	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>4.35</b>	<b>2.22</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1300</b>	<b>50.02</b>	<b>44.72</b>

### День 2

Завтрак	Каша молочная "Дружба"	150	4.7	6.1
	Какао с молоком	170	2.88	2.76
	Бутерброд с сыром	30^10	5	3
	<b>Всего</b>	<b>360</b>	<b>12.58</b>	<b>11.86</b>
2-й завтрак	Яблоко	100	0.4	-
Обед	Борщ с капустой на к/б	150	5.7	3.8
	Котлета рыбная	50	8.1	5.7
	Картофельное пюре	120	2.4	3.7
	Салат из свежих огурцов и помидоров	40	0.3	1.9
	Напиток яблочный	150	-	-
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>560</b>	<b>19.25</b>	<b>15.45</b>
Полдник	Запеканка из творога с моровью	100	13.9	10.4
	Соус молочный	20	0.4	1.1
	Кисломолочный напиток ("Снежок")	150	4.1	4.2
	<b>Всего</b>	<b>270</b>	<b>18.4</b>	<b>15.7</b>

	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1290</b>	<b>50.63</b>	<b>43.01</b>
--	----------------------	-------------	--------------	--------------

### День 3

Завтрак	Каша овсянная молочная	150	5.8	7.2
	Чай с молоком	170	1.24	1.24
	Бутерброд с повидлом	30^10^5	4.81	4.81
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>13.11</b>	<b>13.11</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
	Печенье	15	1.58	0.78
	<b>Всего</b>	<b>115</b>	<b>4.3</b>	<b>3.58</b>
обед	Суп "Крестьянский" н/б	150	8	6.9
	Рагу овощное с мясом	150	12.4	13.8
	Помидор свежий	30	0.23	-
	Компот из кураги	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>525</b>	<b>23.75</b>	<b>21.06</b>
Полдник	Омлет натуральный	60	5.8	9.5
	Икра овощная	30	0.25	1.41
	Чай с лимоном и сахаром	150	0.1	0.03
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>225</b>	<b>7.16</b>	<b>11.04</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1230</b>	<b>42.11</b>	<b>48.79</b>

### День 4

Завтрак	Каша ячневая молочная	150	5.3	5.7
	Чай с лимоном и сахаром	170	0.11	0.034
	Бутерброд с маслом и сыром	30^10^5	6.7	9.6
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>12.1</b>	<b>15.33</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
Обед	Суп с макаронными изделиями на м/б	150	6.3	2.4
	Запеканка картофельная с мясом	90	8.6	9.6
	Соус белый	20	3.7	3.5
	Салат из сырых овощей	40	0.3	1.8
	Кисель из концентрата	150	-	-
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>21.32</b>	<b>17.62</b>
Полдник	Тефтели рыбные в соусе	50^20	7.8	6.7
	Горошек зеленый консервированный	30	1.95	-
	Чай с сахаром	150	0.1	0.02
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1

	<b>Всего</b>	<b>265</b>	<b>10.86</b>	<b>6.82</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1230</b>	<b>45.95</b>	<b>42.57</b>

#### День 5

Завтрак	Каша кукурузная молочная	150	1.93	2.82
	Кофейный напиток на молоке	170	2.38	2.38
	Бутерброд с маслом	30^5	2.4	4.4
	<b>Всего</b>	<b>355</b>	<b>6.71</b>	<b>9.6</b>
2-й завтрак	Сок фруктовый	<b>110</b>	<b>0.55</b>	-
Обед	Суп с морской капустой и яйцом ("Сахалинский") на м/б	150	4.77	5.4
	Котлета мясная с соусом томатным	50^20	8.2	7.9
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5.6	3.5
	Салат из свеклы с соленым огурцом	40	0.5	3.5
	Компот из изюма	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	20	1.06	0.17
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>590</b>	<b>22.67</b>	<b>24.14</b>
Полдник	Ватрушка с творогом	50	5.8	3.6
	Кисломолочный напиток (йогурт)	150	4.1	4.2
	Банан	50	0.85	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>10.75</b>	<b>7.8</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1305</b>	<b>40.68</b>	<b>41.54</b>

#### День 6

Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3.3	3.1
	Какао с молоком	170	2.72	2.6
	Бутерброд с повидлом	30^10^5	2.29	4.81
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>8.31</b>	<b>10.51</b>
2-й завтрак	Кисломолочный напиток ("Снежок")	100	0.55	-
Обед	Свекольник на к/б	150^15	7.6	8.5
	Плов из говядины	150	15.6	15.2
	Помидор к/с	30	0.23	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>535</b>	<b>26.88</b>	<b>24.09</b>
Полдник	Пирожок с капустой	50	3.3	3.8
	Чай с лимоном и сахаром	150	0.1	0.03
	Груша	50	0.85	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>4.25</b>	<b>3.83</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1250</b>	<b>39.99</b>	<b>38.43</b>

**День 7**

Завтрак	Каша из смеси круп	150	6	7.1
	Чай с молоком	170	1.24	1.24
	Бутерброд с сыром	30^10	5	3
	<b>Всего</b>	<b>360</b>	<b>12.24</b>	<b>11.34</b>
2-й завтрак	Кисломолочный напиток ("Снежок")	100	0.55	-
Обед	Суп гороховый на к/б	150	10.9	8
	Биточки рыбные	50	8.1	5.7
	Картофельное пюре	120	2.4	3.7
	Салат из св.капусты, помидоров, огурцов	40	0.8	2.2
	Напиток яблочный	150	-	-
	Хлеб ржаной	20	0.94	0.15
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>24.48</b>	<b>19.88</b>
Полдник	Вареники ленивые	120	17.7	10.8
	Чай с сахаром	150	0.1	0.02
	<b>Всего</b>	<b>270</b>	<b>17.8</b>	<b>10.82</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1280</b>	<b>55.07</b>	<b>42.04</b>

**День 8**

Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5.6	6.6
	Чай с лимоном и сахаром	170	0.11	0.03
	Бутерброд с маслом	30^5	2.4	4.4
	<b>Всего</b>	<b>355</b>	<b>8.1</b>	<b>11.03</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
Обед	Суп с клецками на к/б	150	7.4	6.9
	Бефстроганов из мяса	120	15.4	9.9
	Картофельное пюре	60	1.2	1.85
	Капуста тушеная	60	1.3	1.95
	Огурец к/с	30	0.11	-
	Компот из изюма	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>620</b>	<b>28.86</b>	<b>20.99</b>
Полдник	Булочка сдобная	50	3.9	4.3
	Кисель из концентрата	150	-	-
	Яблоко	50	0.2	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>4.1</b>	<b>4.3</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1325</b>	<b>42.73</b>	<b>39.12</b>

**День 9**

Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5.6	6
	Кофейный напиток на молоке	170	2.38	2.38
	Бутерброд с маслом, сыром	30^5^10	6.7	9.6
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>14.68</b>	<b>17.98</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
Обед	Суп с фасолью на м/б	150	9.2	3.5
	Голубцы ленивые	140	13.3	13.7
	Салат "Школьный"	40	0.6	3
	Компот из кураги	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>525</b>	<b>26.22</b>	<b>20.56</b>
Полдник	Огурец к/с,сельдь с луком	15	0.06	-
	Пюре картофельное	100	2	3.08
	Чай с лимоном и сахаром	150	0.1	0.03
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>280</b>	<b>3.17</b>	<b>3.21</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1270</b>	<b>45.74</b>	<b>44.55</b>

**День 10**

Завтрак	Каша манная молочная	150	3.8	5.9
	Какао с молоком	170	2.88	2.76
	Бутерброд с повидлом	30^10^5	2.29	4.81
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>8.97</b>	<b>13.47</b>
2-й завтрак	Сок фруктовый	100	0.43	-
	Печенье	15	1.58	0.78
	<b>Всего</b>	<b>115</b>	<b>2.01</b>	<b>0.78</b>
Обед	Щи из св.капусты на м/б	150^2	5.8	4.2
	Жаркое по-домашнему	100^50	15.8	15.9
	Огурец свежий	30	0.85	-
	Кисель из концентрата	150	-	-
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	1.34	0.13
	<b>Всего</b>	<b>535</b>	<b>25.2</b>	<b>20.45</b>
Полдник	Булочка творожная	70	9.16	4.24
	Кисломолочный напиток ("Йогурт")	150	4.1	4.2
	<b>Всего</b>	<b>220</b>	<b>13.26</b>	<b>8.44</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1235</b>	<b>49.44</b>	<b>43.14</b>

**День 11**

Завтрак	Каша гречневая молочная	150	6.8	6.7
---------	-------------------------	-----	-----	-----

	Чай с молоком	170	1.24	1.24
	Бутерброд с маслом	30^5	2.4	4.4
	<b>Всего</b>	<b>355</b>	<b>8.44</b>	<b>12.34</b>
2-й завтрак	Кисломолочный напиток ("Снежок")	100	0.55	-
Обед	Рассольник ленинградский на к/б	150	7.7	8.4
	Оладьи из печени по-кунцевски	50	10.1	7
	Макароны отварные	100	3.58	2.83
	Икра свекольная	40	0.7	2.9
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>535</b>	<b>25.2</b>	<b>21.49</b>
Полдник	Рагу из овощей	100	6.05	7.25
	Чай с сахаром	150	0.1	0.02
	Хлеб пшеничный	15	1.01	0.1
	<b>Всего</b>	<b>265</b>	<b>6.16</b>	<b>7.37</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1255</b>	<b>40.35</b>	<b>41.2</b>

#### День 12

Завтрак	Каша рисовая молочная	150	3.8	5.9
	Кофейный напиток на молоке	170	2.38	2.38
	Бутерброд с сыром	30^10	5	3
	<b>Всего</b>	<b>360</b>	<b>11.18</b>	<b>11.28</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
Обед	Суп рыбный из консервов	150	6.11	2.56
	Рулет с луком и яйцом	50	6.5	4.6
	Картофельное пюре	100	2	3.08
	Салат из овощей с морской капустой	40	1.7	3.03
	Компот из изюма и кураги	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	0.94	0.15
	<b>Всего</b>	<b>540</b>	<b>19.36</b>	<b>13.68</b>
Полдник	Сырники	80	15.5	9.8
	Молоко сгущенное	20	1.43	1.71
	Кисель из концентрата	150	-	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>16.93</b>	<b>11.51</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1250</b>	<b>49.14</b>	<b>39.27</b>

#### День 13

Завтрак	Суп молочный с вермишелью	150	3.3	3.1
	Чай с лимоном и сахаром	170	0.11	0.03
	Бутерброд с маслом и сыром	30^10^5	6.7	9.6

	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>10.1</b>	<b>12.73</b>
2-й завтрак	Кисломолочный напиток ("Снежок")	100	0.55	-
	Печенье	15	1.58	0.78
	<b>Всего</b>	<b>125</b>	<b>2.13</b>	<b>0.78</b>
Обед	Суп из овощей на м/б	150	5.9	3.5
	Тефтели из говядины	50^50	7.5	12.3
	Каша рисовая рассыпчатая	75^2	1.85	1.8
	Салат "Степной"	40	0.6	1.4
	Компот из изюма	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	0.94	0.15
	<b>Всего</b>	<b>567</b>	<b>18.9</b>	<b>19.41</b>
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3.1	1.5
	Молоко кипяченое	150	4.1	4.6
	Банан	50	0.85	-
	<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>8.05</b>	<b>6.1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1307</b>	<b>39.18</b>	<b>39.02</b>

#### День 14

Завтрак	Каша овсяная молочная	150	5.8	7.2
	Какао с молоком	170	2.88	2.76
	Бутерброд с повидлом	30^5^10	2.29	4.81
	<b>Всего</b>	<b>365</b>	<b>11</b>	<b>14.77</b>
2-й завтрак	Кисломолочный продукт(йогурт)	100	1.67	2.8
Обед	Суп картофельный с мясными фрикад.	150	7.79	5.13
	Биточки рыбные	50	8.1	5.7
	Капуста тушеная	120	2.6	3.9
	Помидор свежий	30	0.23	-
	Напиток яблочный	150	-	-
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	20	0.94	0.15
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>21.07</b>	<b>15.1</b>
Полдник	Макароны с сыром	140	8	7.4
	Чай с лимоном и сахаром	150	0.1	0.03
	<b>Всего</b>	<b>290</b>	<b>8.1</b>	<b>7.43</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1305</b>	<b>40.17</b>	<b>40.1</b>

#### День 15

Завтрак	Каша кукурузная молочная	150	1.93	2.82
	Чай с сахаром	170	0.11	0.02
	Будерброд с маслом	30^5	2.4	4.4
	<b>Всего</b>	<b>355</b>	<b>4.43</b>	<b>7.24</b>



2-й завтрак	Груша	90	0.45	-
Обед	Суп шахтерский на м/б	150	2.49	3.62
	Азу	50^30	14	16.5
	Картофельное пюре	100	2	3.08
	Салат витаминный	40	0.6	1.8
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.7	0.04
	Хлеб ржаной	30	1.41	0.22
	Хлеб пшеничный	30	2.02	0.2
	<b>Всего</b>	<b>580</b>	<b>23.22</b>	<b>25.46</b>
Полдник	Запеканка рисовая с творогом	100	5.4	3.7
	Соус молочный	20	0.4	1.1
	Кисломолочный напиток ("Варенец")	150	4.35	3.75
	<b>Всего</b>	<b>270</b>	<b>10.15</b>	<b>8.55</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1295</b>	<b>38.25</b>	<b>41.25</b>

Итого за весь период	<b>19127</b>	<b>629.46</b>	628.75
Среднее значение за период	<b>1275.1</b>	<b>42</b>	<b>41.9</b>
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		15%	30%

## ЯСЛИ

ства.	Энергетич.ценн ость.(ккал)	Витамин С	Номер рецептуры.
У			
17.6	138	0.41	183
13.2	84	0.47	270
14.5	109	-	1
<b>45.3</b>	<b>317</b>	<b>0.8</b>	
11.5	32.86	2.93	
11.4	67.05	-	
<b>22.99</b>	<b>99.91</b>	<b>4.4</b>	
17.22	187.47	-	ТК9
3.2	212	0.51	90
22.25	130.82	-	203
3.2	42	0.75	24
20.6	82	0.24	276
5.98	29	-	
7.04	33.9	-	
<b>79.49</b>	<b>717.19</b>	<b>1.5</b>	
20.3	116	0.28	242
4.6	18	-	266
11.05	43.5	13.8	
<b>35.95</b>	<b>177.5</b>	<b>14.08</b>	
<b>183.73</b>	<b>1311.6</b>	<b>20.78</b>	

25.1	174	0.4	189
12	82.8	0.47	272
14.5	106	0.07	3
<b>51.6</b>	<b>362.8</b>	<b>0.94</b>	
9.27	39.6	26.7	
7	84.6	4.78	53
6.9	112	23.3	80
16.1	109	8.34	137
1.5	24	2.28	13
17.6	67	9.36	282
11.76	56	-	
9.39	45.2	-	
<b>70.25</b>	<b>497.8</b>	<b>48.06</b>	
22.9	241	0.92	220
1.3	17	0.05	226
10	96	0.42	
<b>34.2</b>	<b>354</b>	<b>1.39</b>	

<b>165.32</b>	<b>1254.2</b>	<b>77.09</b>	
---------------	---------------	--------------	--

24.3	185	0.39	185
7.02	43.06	0.21	267
9.8	139	0.05	4
<b>40.82</b>	<b>367.06</b>	<b>0.65</b>	
10.48	64	0.28	
11.4	67.05	-	
<b>21.88</b>	<b>110.63</b>	<b>4.3</b>	
11.6	142	4.2	TK 31
10.5	217	7.73	116
0.92	4.7	1.1	
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
7.04	33.9	-	
<b>62.42</b>	<b>535.6</b>	<b>13.27</b>	
1.1	113	0.09	209
11.82	58	5.71	
4.7	19	0.84	268
7.04	33.9	-	
<b>24.66</b>	<b>223.9</b>	<b>6.64</b>	
<b>149.78</b>	<b>1237.19</b>	<b>24.86</b>	

27.6	184	0.37	175
5.32	21.53	0.95	268
13.2	167	0.05	2
<b>46.12</b>	<b>372.53</b>	<b>1.37</b>	
10.48	64	0.28	
11.3	93.6	3.96	56
10.1	161.3	0.69	111
0.7	49	0.03	227
1.3	22	1.8	23
15	57	-	284
11.76	56	-	
7.04	33.9	-	
<b>57.2</b>	<b>472.8</b>	<b>6.72</b>	
8.8	127	1.9	82
4.12	24.9	0.75	
4.6	18	-	266
7.04	33.9	-	

<b>24.56</b>	<b>203.8</b>	<b>2.65</b>	
<b>138.36</b>	<b>1113.13</b>	<b>11.02</b>	

15.33	96.08	0.96	TK
12.46	79.33	0.44	270
14.5	109	-	1
<b>42.29</b>	<b>284.41</b>	<b>1.4</b>	
<b>11.59</b>	<b>49.3</b>	<b>4.4</b>	
9	107.5	-	TK 6
9.6	143	0.56	94
23.1	148	-	164
2	41	0.4	
20.6	82	0.24	276
7.97	38.6	-	
9.39	45.2	-	
<b>83.66</b>	<b>646.31</b>	<b>1.6</b>	
19.4	136	0.03	249
10	96	0.42	
11.05	43.5	4.62	
<b>40.45</b>	<b>275.5</b>	<b>5.07</b>	
<b>177.99</b>	<b>1255.52</b>	<b>12.47</b>	

11.9	89	0.39	75
11.56	78.2	0.44	272
9.8	139.75	0.05	4
<b>33.26</b>	<b>306.95</b>	<b>0.88</b>	
11.5	32.86	2.93	
8.2	140	2.92	65
23.1	294	0.39	108
0.92	4.7	4.5	
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
9.39	45.2	-	
<b>73.97</b>	<b>621.9</b>	<b>8.05</b>	
16.5	114	0.08	238
4.7	19	0.84	268
11.05	43.5	4.62	
<b>32.25</b>	<b>176.5</b>	<b>5.54</b>	
<b>150.98</b>	<b>1138.21</b>	<b>17.4</b>	

21.7	176	0.39	177
7.02	43.06	0.21	267
14.5	106	0.07	3
<b>43.22</b>	<b>325.06</b>	<b>0.67</b>	
11.5	32.86	2.93	
17.7	188	2.76	60
6.9	112	23.3	80
16.1	109	8.34	137
1.9	31	13.32	10
17.6	67	9.36	282
7.84	37.4	-	
9.39	45.2	-	
<b>77.43</b>	<b>589.6</b>	<b>57.08</b>	
17.1	238	0.18	215
4.6	18	-	266
<b>21.7</b>	<b>256</b>	<b>0.18</b>	
<b>153.85</b>	<b>1203.52</b>	<b>60.86</b>	

26.4	187	0.4	187
5.32	21.5	0.952	268
14.5	109	-	1
<b>46.22</b>	<b>317.5</b>	<b>1.352</b>	
10.48	64	0.28	
6.6	118	2.76	59
3.3	164	0.5	86
8.05	54.5	4.17	137
5.65	45	9.89	139
0.29	1.7	-	
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
9.39	45.2	-	
<b>65.64</b>	<b>566.4</b>	<b>17.56</b>	
26.3	159	0.02	257
20	76	-	284
5.51	23.4	13.8	
<b>51.81</b>	<b>258.4</b>	<b>13.82</b>	
<b>174.64</b>	<b>1205.9</b>	<b>33.01</b>	

27.4	181	0.4	188
12.46	79.33	0.44	270
13.2	167	0.05	2
<b>53.06</b>	<b>427.33</b>	<b>0.89</b>	
10.48	64	0.28	
17.7	140.6	2.76	60
11.5	222	3.75	118
2.7	40	1.76	27
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
7.04	33.9	-	
<b>71.3</b>	<b>574.5</b>	<b>8.51</b>	
0.6	2.4	0.2	
13.42	90.83	8.34	137
4.7	19	0.84	268
7.04	33.9	-	
<b>25.76</b>	<b>146.13</b>	<b>9.38</b>	
<b>160.6</b>	<b>1211.96</b>	<b>19.06</b>	

17.6	138	0.41	183
12	82.8	0.47	272
9.8	139.75	0.05	4
<b>39.4</b>	<b>360.55</b>	<b>0.93</b>	
10.48	43.58	4.3	
11.4	67.05	-	
<b>21.88</b>	<b>110.63</b>	<b>4.3</b>	
5	81.6	7.19	50
13.5	261	6.27	92
2.1	9.3	0.3	
15	57	-	284
11.76	56	-	
9.39	45.2	-	
<b>56.75</b>	<b>510.1</b>	<b>13.76</b>	
34.71	214.2	0.13	TK 4
10	96	0.42	
<b>44.71</b>	<b>310.2</b>	<b>0.55</b>	
<b>162.74</b>	<b>1291.48</b>	<b>19.54</b>	

27.8	200	0.38	174
------	-----	------	-----

7.02	43.06	0.21	267
14.5	109	-	1
<b>49.32</b>	<b>352.06</b>	<b>0.59</b>	
11.5	32.86	2.93	
9.3	145	4.02	51
6.8	131	6.19	120
22.25	130.82	-	203
3.7	43	1.34	45
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
7.04	33.9	-	
<b>81.45</b>	<b>621.72</b>	<b>11.79</b>	
10.55	132	4.95	145
4.6	18	-	266
7.04	33.9	-	
<b>22.19</b>	<b>183.9</b>	<b>4.95</b>	
<b>164.46</b>	<b>1190.54</b>	<b>17.33</b>	

23.7	164	0.41	186
12.46	79.33	0.44	270
14.5	106	0.07	3
<b>50.66</b>	<b>349,33</b>	<b>0.92</b>	
10.48	64	0.28	
10	99.5	4.82	TK 2
4.3	85	0.37	113
13.42	90.83	8.34	137
4.38	38.59	8.3	TK 1
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
7.84	37.4	-	
<b>72.3</b>	<b>489.32</b>	<b>22.07</b>	
14.4	209	0.29	217
10.98	66.8	-	
15	57	-	284
<b>40.38</b>	<b>332.8</b>	<b>0.29</b>	
<b>173.82</b>	<b>1235.45</b>	<b>23.56</b>	

11.9	89	0.39	75
5.32	21.5	0.952	268
13.2	167	0.05	2

<b>30.42</b>	<b>277.5</b>	<b>1.392</b>	
11.5	32.86	2.93	
11.4	67.05	-	
<b>22.99</b>	<b>116.35</b>	<b>4.4</b>	
6.5	81.6	5.4	64
11.1	185	1.96	100
18.8	100.5	4.24	168
2.7	26	1	37
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
7.84	37.4	-	
<b>79.3</b>	<b>568.5</b>	<b>12.84</b>	
28.9	141	0.04	243
6.4	82	0.78	264
11.05	43.5	4.62	
<b>46.35</b>	<b>266.5</b>	<b>5.44</b>	
<b>179.06</b>	<b>1228.85</b>	<b>24.07</b>	

24.3	185	0.39	185
12	82.8	0.47	272
9.8	139.75	0.05	4
<b>46.1</b>	<b>407.55</b>	<b>0.91</b>	
10.48	64	0.28	
9.43	115.12	6.92	TK 7
6.9	112	23.3	80
11.3	90	19.77	139
0.92	4.7	1.1	
17.6	67	9.36	282
11.76	56	-	
7.84	37.4	-	
<b>65.75</b>	<b>382.22</b>	<b>60.45</b>	
26.7	209	0.04	205
4.7	19	0.84	268
<b>31.4</b>	<b>228</b>	<b>0.88</b>	
<b>153.73</b>	<b>1081.77</b>	<b>62.52</b>	

15.33	96.08	0.96	TK 5
<b>5.25</b>	<b>20.4</b>	-	266
14.5	109	-	1
<b>34.43</b>	<b>223.08</b>	<b>0.96</b>	



<b>9.54</b>	<b>36.9</b>	<b>13.2</b>	
11.8	114.8	6.05	TK3
1.7	211	0.72	89
13.42	90.83	8.34	137
4.4	36	5.48	22
20.6	82	0.24	276
11.76	56	-	
14.08	67.8	-	
<b>77.76</b>	<b>658.43</b>	<b>20.83</b>	
34	191	0.37	194
1.3	17	0.05	226
6.3	76.01	0.45	
<b>41.6</b>	<b>284.01</b>	<b>0.87</b>	
<b>163.33</b>	<b>1202.42</b>	<b>35.86</b>	

2452.39    **18161.14**    **430.4**  
**163.4**    **1210.74**    32.07

55%