

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Сухановская СОШ»

Р.Ш. Татаурова

Приказ № 43-од от " 29 " февраля 2024 года

**Примерное рекомендуемое двухнедельное меню и пищевая
ценность приготавливаемых блюд для детей в возрасте с 3 до 7 лет в
дошкольном учреждении
Сезон: Весенне - летний.**

2023 год

Меню составлено на основании Сборников технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления г. Екатеринбург 2003 г и 2015 г, Единый сборник технологических нормативов, рецептур и кулинарных изделий Пермь 2021 г., в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Среднее потребление пищевых нутриентов для воспитанников с 3 до 7 лет

Дни по меню	Пищевая ценность			
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, (ккал)
1	45,67	45,07	200,22	1434,95
2	43,14	37,94	178,25	1232,25
3	57,37	51,65	218,78	1670,91
4	49,58	57,63	204,67	1538,69
5	47,49	38,74	218,82	1418,40
6	51,28	41,27	182,59	1354,10
7	46,66	50,44	192,63	1416,10
8	40,47	50,76	167,15	1343,19
9	39,49	42,50	171,94	1233,40
10	44,49	47,75	166,96	1278,60
11	45,10	39,71	177,76	1293,62
12	45,20	45,39	221,52	1490,79
13	49,54	39,63	209,84	1387,70
14	45,84	50,23	158,48	1316,06
Общее за 14 дней	651,32	638,71	2669,61	19408,76
Среднее за 14 дней	46,52	45,62	190,69	1386,34

МЕНЮ

День: Первый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№ тех. Карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
236/Пермь, 2021	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,16	6,52	32,18	208,00
459/Пермь, 2021	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие помидоры порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
122/Пермь, 2021	Суп картофельный с рыб. Консервами	200	7,44	9,12	8,40	144,00
256/Пермь, 2021	Макаронные изделия отварные (гарнир)	150	5,55	4,95	29,55	184,50
367/Пермь, 2021	Птица в соусе томатном	80	7,60	8,85	1,76	117,15
486/Пермь, 2021	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Печенье Курабье	70	5,88	5,04	41,93	279,30
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1585	45,67	45,07	200,22	1434,95

МЕНЮ

День: **Второй**

Возрастная категория: **Воспитанники с 3 лет до 7 лет**

Сезон: **Весенне-летний**

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
230/Пермь, 2021	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,22	6,60	31,24	209,00
460/Пермь, 2021	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие огурцы (порционно)	60	0,42	0,06	1,14	6,60
95/Пермь, 2021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,48	3,53	5,56	60,00
328/Пермь, 2021	Жаркое по домашнему	150	14,10	10,72	19,35	230,25
253/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушёных вит. с аск. кис-той	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Пирожок с повидлом	70	5,80	5,40	27,30	181,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1505	43,14	37,94	178,25	1232,25

МЕНЮ

День: Третий

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
235/Пермь, 2021	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,66	8,56	32,34	237,00
465/Пермь, 2021	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие помидоры (порционно)	60	0,42	0,06	1,14	6,60
129/Пермь, 2021	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,32	3,32	9,76	78,20
202/Пермь, 2021	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,80	6,60	38,90	249,90
372/Пермь, 2021	Котлета из мяса кур	80	16,00	14,40	8,62	227,44
419/Пермь, 2021	Соус томатный	30	0,28	0,98	1,38	15,57
496/Пермь, 2021	Напиток из шиповника	200	0,67	0,27	18,30	78,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Пряники "Ирек"	80	5,20	4,64	29,68	280,80
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1630	57,37	51,65	218,38	1670,91

МЕНЮ

День: Четвертый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
229/Пермь, 2021	Каша молочная Дружба (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,20	6,60	27,60	190,60
462/Пермь, 2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
157/Пермь, 2021	Кукуруза консервированная (промыш.)	60	1,71	2,17	3,03	38,29
31/2 Екатеринбург г 2015	Суп - пюре гороховый	200	5,28	1,76	14,48	94,40
377/Пермь, 2021	Картофельное пюре	150	4,05	6,00	8,70	105,00
341/Пермь, 2021	Котлета "Пермская" в томатном соусе	80	12,80	12,40	9,60	202,40
504/Пермь, 2021	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Ватрушка с картошкой	60	4,02	15,48	38,80	309,60
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1575	49,58	57,63	204,67	1538,69

МЕНЮ

День: Пятый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
232/Пермь, 2021	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,46	6,64	36,26	234,60
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие помидоры (порционно)	60	0,42	0,06	1,14	6,60
114/Пермь, 2021	Суп картофельный с крупой	200	2,22	2,82	7,84	65,60
347/Пермь, 2021	Котлета "Школьная" в томатном соусе	80	12,24	8,80	10,64	170,40
256/Пермь, 2021	Макаронные изделия отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,50
494/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Булочка со сгущенкой	70	5,88	5,04	41,93	237,30
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1585	47,49	38,74	218,82	1418,40

МЕНЮ

День: Шестой

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
139/Пермь, 2021	Суп молочный с лапшой	200	5,76	6,48	19,70	160,20
465/Пермь, 2021	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие огурцы порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
113/Пермь, 2021	Суп картофельный с бобовыми	200	2,08	2,64	6,16	56,60
334/Пермь, 2021	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом (свинина или говядина)	180	20,52	14,13	15,30	270,00
495/Пермь, 2021	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Печенье Курабье	70	5,88	5,04	41,93	279,30
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1535	51,28	41,27	182,59	1354,10

МЕНЮ

День: Сельмой

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
213/Пермь, 2021	Каша гречневая молочная вязкая	200	8,92	7,68	32,20	233,40
459/Пермь, 2021	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/Пермь, 2021	Свежие помидоры порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
101/Пермь, 2021	Рассольник домашний со сметаной	200	2,00	4,06	7,34	73,80
385/Пермь, 2021	Рис отварной (гарнир)	150	3,77	5,40	38,85	219,30
373/Пермь 2021	Котлета "Нежная"	80	14,88	9,92	5,04	169,60
486/Пермь, 2021	Компот из свежих фруктов	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Печенье Сдобное	70	3,35	12,90	32,30	258,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1585	46,66	50,44	192,63	1416,10

МЕНЮ

День: **Восьмой**

Возрастная категория: **Воспитанники с 3 лет до 7 лет**

Сезон: **Весенне-летний**

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
234/Пермь, 2021	Каша овсянная молочная с маслом сливочным "Геркулес"	200	7,16	8,48	29,14	221,60
460/Пермь, 2021	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
157/пермь, 2021	Зеленый горошек консер.(пром.)	60	1,71	2,17	3,03	38,29
129/Пермь, 2021	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,32	3,32	9,76	78,20
377/Пермь, 2021	Картофельное пюре	100	2,70	4,00	5,80	70,00
380/Пермь, 2021	Капуста тушёная	50	1,00	1,70	3,80	34,50
350/Пермь, 2021	Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе	80	8,00	8,00	5,60	136,00
495/Пермь, 2021	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Ватрушка с картошкой	70	2,16	11,36	13,76	207,20
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1585	40,47	50,75	167,15	1343,19

МЕНЮ

День: Девятый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
140/Пермь, 2021	Суп молочный с крупой	200	4,80	5,00	16,44	130,00
462/Пермь, 2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/пермь, 2021	Свежие помидоры порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
128/Пермь, 2021	Суп - лапша домашняя	200	2,00	3,08	8,90	71,40
375/Пермь, 2021	Плов из мяса кур	200	12,30	8,20	24,80	223,00
497/Пермь, 2021	Напиток клюквенный	200	0,10	0,04	9,90	41,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Печенье Сдобное	70	3,35	12,90	32,30	258,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1555	39,49	42,50	171,94	1233,40

МЕНЮ

День: Десятый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
229/Пермь, 2021	Каша молочная Дружба (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,20	6,60	27,60	190,60
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/пермь, 2021	Свежие огурцы порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
95/Пермь, 2021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,48	3,54	5,56	60,00
334/Пермь, 2021	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом (свинина, или гов.)	180	20,52	14,13	15,30	270,00
486/Пермь, 2021	Компот из свежих фруктов	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Печенье Сдобное	70	3,35	12,90	32,30	258,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1535	44,49	47,75	166,96	1278,60

МЕНЮ

День: Одиннадцатый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
213/Пермь, 2021	Каша гречневая молочная вязкая	200	8,92	7,68	32,20	233,40
459/Пермь, 2021	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/пермь, 2021	Свежие помидоры порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
100/Пермь, 2021	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	2,10	4,08	10,60	87,60
256/Пермь, 2021	Макаронные изделия отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,50
310/Пермь, 2021	Шницель рыбный натуральный	80	11,73	1,06	5,65	78,92
501/Пермь, 2021	Сок в ассортименте	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Ватрушка с картошкой	70	2,16	11,36	13,76	207,20
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1585	45,10	39,71	177,76	1293,62

МЕНЮ

День: Двенадцатый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
232/Пермь, 2021	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,46	6,64	36,26	234,60
460/Пермь, 2021	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
157/пермь, 2021	Кукуруза консервированная (промыш.)	60	1,71	2,17	3,03	38,29
131/Пермь, 2021	Суп-пюре из картофеля с гречками	200	4,64	4,76	13,72	116,20
385/Пермь, 2021	Рис отварной (гарнир)	150	3,77	5,40	38,85	219,30
350/Пермь, 2021	Тефтели паровые из мяса говядины в томатном соусе	80	8,00	8,00	5,60	136,00
501/Пермь, 2021	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Пряники Нежные	70	4,20	6,70	27,80	189,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за день		1585	45,20	45,39	221,52	1490,79

МЕНЮ

День: Тринадцатый

Возрастная категория: Воспитанники с 3 лет до 7 лет

Сезон: Весенне-летний

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
227/Пермь, 2021	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	7,24	6,64	33,10	221,20
465/Пермь, 2021	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
148/пермь, 2021	Свежие огурцы порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60
98/Пермь, 2021	Свекольник со сметаной	200	1,86	3,78	8,26	74,60
202/Пермь, 2021	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,80	6,60	38,90	249,90
50/Екатеринбург, 2003	Котлета Детская с соусом томатным	80	12,00	7,02	8,28	144,00
504/Пермь, 2021	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Ватрушка со сметаной	60	3,20	2,70	17,90	109,00
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1580	49,54	39,63	209,84	1397,70

МЕНЮ

День: **Четырнадцатый**

Возрастная категория: **Воспитанники с 3 лет до 7 лет**

Сезон: **Весенне-летний**

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
234/Пермь, 2021	Каша овсянная молочная с маслом сливочным "Геркулес"	200	7,16	8,48	29,14	221,60
462/Пермь, 2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
63/Пермь, 2021	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,90	9,00	10,00	149,00
Обед						
157/Пермь, 2021	Зеленый горошек консер.(пром.)	60	1,71	2,17	3,03	38,29
103/Пермь, 2021	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,04	3,54	2,76	47,20
377/Пермь, 2021	Картофельное пюре	150	4,05	6,00	8,70	105,00
300/Пермь, 2021	Рыба запеченная в омлете	80	11,80	2,93	3,06	86,00
402/Пермь, 2021	Молочный соус	30	1,10	2,52	2,07	35,37
253/Пермь, 2021	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	40	3,08	0,38	19,16	94,40
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00
Полдник						
Смак	Ватрушка с картошкой	70	2,16	11,36	13,76	207,20
462/Пермь, 2021	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
82/Пермь, 2021	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого за прием		1615	45,84	50,23	158,48	1316,06

