

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

Дашкевич Ф. А.



«26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Детское питание»

Полуляхова Т.А.



«26»

2024 г.

Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Ягодное

Ставропольского района
на 2024/2025 уч.год.

осенне-зимний период

*Согласовано с представителями родительской общности:
Митява С. П. Минт-*

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		1-я неделя			Завтрак										
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0.700	0.560	3.120	20.200	0.080	0.960	0.000	0.000	9.200			0.084
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1.050	0.840	4.680	30.300	0.120	1.440	0.000	0.000	13.800			0.126
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Рис отварной	1-4 классы	465 С6.1996г.	150	3.868	5.218	41.803	219.038	0.044		0.027	0.402	14.580	53.730	11.543	0.986
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4.641	6.261	50.163	262.845	0.053		0.032	0.482	17.496	64.476	13.851	1.183
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Понедельник		1-я неделя			Обед										
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 С6.2008г.	060	2.700	6.956	7.733	97.236	0.059	8.160	0.021	2.794	9.948	39.036	13.884	0.576
	5-11 классы	31 С6.2008г.	100	3.106	11.594	12.888	162.060	0.098	13.600	0.035		16.580	65.060	23.140	0.960
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2.272	2.138	19.156	100.420	0.094	13.200		1.074	14.000	50.800	19.240	0.710
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887
Котлеты Куринные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша перловая рассыпчатая с овощами	1-4 классы	302 с6.2011 г.	150	4.400	4.900	31.500	212.900	0.040	0.600	0.030	0.600	8.600		0.900	0.900
	5-11 классы	302 с6.2011 г.	180	5.600	5.860	40.200	236.000	0.050	0.900	0.040	0.750	11.560		1.100	1.100
Чай с лимоном	1-4 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.720	16.328	91.789	565.038	0.202	5.710	0.030	2.268	52.337	115.742	31.891	38.991
		5-11 классы	560	21.224	21.167	108.763	657.765	0.264	6.010	0.034	3.120	62.325	136.060	35.957	30.212
	Обед	1-4 классы	727	21.181	24.450	98.480	680.632	0.254	25.921	0.054	6.334	49.651	136.268	46.022	39.826
		5-11 классы	867	27.062	34.309	127.732	878.015	0.351	34.821	0.077	5.303	67.590	179.594	63.876	31.725

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		1-я неделя			Завтрак										
Каша вязкая из 2-х круп(1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	245	6.68	13.70	27.54	451	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105

ячнево-пшеничная)	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	265	8.000	16.440	33.000	541	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Какао	1-4 классы	762С6.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
Кондитерское изделие (пастила фруктовая)	1-4 классы	ПР	25	2.4	0	59.00	263								
	5-11 классы	ПР	25	2.4	0	59.00	263								
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	060	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Вторник		1-я неделя			Обед										
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	060	0.512	6.031	8.678	93.000	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0.853	7.750	14.464	149.000	0.040	3.590		4.584	31.170	35.350	26.180	0.142
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3.833	5.522	11.708	96.080	0.048	16.830	0.006	1.819	37.900	45.972	27.120	56.044
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4.217	6.528	14.562	117.200	0.060	21.025	0.006	2.270	45.125	55.915	33.650	70.053
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 С6.1998г.	200	18.742	15.244	45.518	376.844	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
	5-11 классы	893 С6.1998г.	210	19.000	16.000	47.000	402.000	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
Компот из кураги	1-4 классы	507 с6. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
	5-11 классы	507 с6. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14.14	15.95	117.39	772.12	0.16	0.65	0.06	1.76	79.42	119.98	34.76	1.76
		5-11 классы	550	16.25	18.79	128.04	916.00	0.19	0.65	0.06	2.10	83.25	136.22	40.91	2.12
	Обед	1-4 классы	710	26.75	27.18	113.22	679.12	0.23	20.93	0.03	9.01	127.17	327.75	104.43	59.49
		5-11 классы	830	29.04	30.85	131.52	916.00	0.28	26.57	0.03	11.73	150.96	367.04	124.74	73.84

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
															Завтрак	
Среда		1-я неделя														
Огурцы солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0.560		0.260	3.220						10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	020	0.560		0.260	3.220						10.000	8.000		0.480
Гуляш из птицы (филе куриное)	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	4.78	4.24	1.42	163	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076	
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	4.78	4.24	1.42	163	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267			0.001			0.346		0.053	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267			0.001			0.346		0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225	

Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500	
Среда		1-я неделя			Обед											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490	
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945	
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11.648	8.565	2.097	169.992	0.006	0.960	0.003	1.306	2.764	5.192	2.472	36.838	
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12.895	9.188	5.094	207.500	0.004	0.720	0.002	1.798	2.073	3.894	1.854	27.628	
Капуста тушеная	1-4 классы	628 С6.1996г.	150	2.700	1.800	7.000	61.000	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	180	3.600	2.600	10.000	76.000	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	13.44	9.56	66.51	506.18	0.15	1.95	0.04	4.84	56.78	246.26	42.21	3.25
			5-11 классы	550	15.16	10.66	77.29	566.87	0.16	1.95	0.04	5.20	60.48	255.23	44.18	3.41
	Обед		1-4 классы	720	24.95	22.32	86.29	679.48	0.40	27.85	0.00	13.08	111.66	213.65	93.32	44.83
			5-11 классы	860	29.18	26.06	104.12	826.72	0.44	31.29	0.00	15.81	124.49	245.07	104.13	36.23

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Четверг		1-я неделя			Завтрак										
Овощи свежие порциями	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0.22	0.04	0.76	4					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	0.44	0.08	0.15	8					10.000	8.000		0.480
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 С6.1996г.	90	8.330	10.229	5.112	92.600	0.056	3.700		1.276	14.540	19.460	39.142	92.485
	5-11 классы	309 С6.1996г.	100	10.261	12.642	5.112	107.499	0.066	3.700		2.255	14.540	19.460	46.062	92.582
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400

	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Четверг		1-я неделя		Обед											
Салат " Бурячок"	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	1.320	3.720	5.680	60.000	0.044	7.078		0.813	12.707	28.457	10.584	0.533
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	2.100	6.800	2.800	100.000	0.073	11.796		1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 С6.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	104.325	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 с6. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255		0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	171 с6. 1996г.	180		6.46	32.561	278.971	0.306		0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14.52	15.146	82.150	471.760	0.259	30.295	0.026	1.980	74.530	156.170	82.547	95.087
		5-11 классы	570	17.975	18.618	90.903	542.299	0.311	35.470	0.031	3.267	84.842	182.952	97.678	95.607
	Обед	1-4 классы	750	22.590	25.091	82.141	651.993	0.423	34.749	0.030	4.453	94.975	271.173	40.140	41.126
		5-11 классы	900	28.469	33.985	98.238	841.283	0.543	45.942	0.033	6.778	121.493	334.820	55.124	33.209

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Пятница		1-я неделя		Завтрак											
Фрукты	1-4 классы	24 с6.1996г.	100	0.600		14.700	60.000								
	5-11 классы	24 с6.1996г.	100	0.600		14.700	60.000								
Каша молочная жидкая - Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 С6.2008г.	220	8.291	6.584	24.037	258.000	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	10.598	7.324	31.238	265.000	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Чай с лимоном	1-4 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	3.160	0.400	20.760	98.600	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Пятница		1-я неделя		Обед											
Салат " Витаминный"	1-4 классы	63 С6.1997г.	060	0.929	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	
	5-11 классы	63 С6.1997г.	100	1.550	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 С6.2008г.	210	2.288	5.588	16.298	116.572	0.085	12.850	0.006	1.771	24.280	54.000	19.240	0.808
	5-11 классы	42 С6.2008г.	260	2.785	6.610	20.300	142.815	0.106	16.050	0.006	2.211	28.100	65.950	23.800	1.007
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10.802	10.114	13.843	163.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	37.071

Крокеты с соусом	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13.301	12.414	15.784	200.764	0.027	2.820	0.002	1.798	10.677	25.617	6.746	27.956
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	537	12.29	7.03	73.26	470.31	0.14	2.80	0.04	1.68	22.38	76.52	28.60	1.80
		5-11 классы	587	15.39	7.87	85.65	496.71	0.18	2.80	0.04	2.02	26.21	92.76	34.75	2.16
	Обед	1-4 классы	730	22.641	23.975	110.198	713.435	0.214	255.270	0.019	5.643	86.600	133.494	46.845	43.540
		5-11 классы	880	28.629	30.469	134.992	893.756	0.282	274.832	0.020	7.960	114.641	178.986	62.390	34.914

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		2-я неделя		Завтрак											
Кондитерские изделия (в индив. упаковке)	1-4 классы	29 С6.1997г.	050	1.600	16.000	30.140	263.000								
	5-11 классы	29 С6.1997г.	050	1.600	16.000	30.140	263.000								
Каша " Янтарная" из пшена с яблоками	1-4 классы	102 С6.2008г.	210	8.291	6.584	24.037	215.300	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105
	5-11 классы	102 С6.2008г.	250	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Понедельник		2-я неделя		Обед											
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	1.276	1.836	7.317	49.219	0.044	7.078		0.813	12.707	28.457	10.584	0.533
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	2.126	3.060	12.196	82.032	0.073	11.796		1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Суп Любительский с гречкой	1-4 классы		200	2.000	2.100	15.300	78.000	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы		250	2.950	3.000	18.470	115.000	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Тефтели с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6.802	7.114	9.623	121.904	0.022	2.460		2.146	8.822	20.641	5.957	37.071
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7.201	9.414	11.784	158.764	0.027	2.820		2.554	10.677	25.617	6.746	27.956
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16.131	4.924	40.245	260.29	0.629		0.021		63.42	158.888	61.617	4.899
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17.358	8.908	48.015	312.349	0.755		0.025		76.103	190.671	73.942	5.879
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400

	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	13.25	23.04	89.95	629.97	0.14	0.00	0.04	1.68	19.62	74.98	27.76	1.76
		5-11 классы	550	16.35	23.88	102.338	679.203	0.172	0.001	0.040	2.019	23.449	91.216	33.912	2.119
	Обед	1-4 классы	720	29.71	16.35	120.98	718.71	0.80	36.60	0.03	5.29	161.43	302.73	119.47	47.24
		5-11 классы	870	34.45	24.95	147.14	919.05	1.00	48.29	0.03	7.12	195.67	382.91	147.25	39.75

Циклическое меню на 2024/2025 уч год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		2-я неделя		Завтрак											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0.400	1.800	1.720	24.400	0.004	1.400			8.200	13.400	7.000	1.400
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0.600	2.700	2.580	36.600	0.006	2.100			12.300	20.100	10.500	2.100
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 сб. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255		0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	171 сб. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306		0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Вторник		2-я неделя		Обед											
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0.969	6.997	6.156	109.330	0.011	5.700		1.340	21.090	24.510	24.510	
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1.615	8.995	10.260	145.550	0.019	9.500		2.233	35.150	40.850	40.850	
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	2.140	2.240	13.710	122.200	0.090	6.600		1.550	20.880	66.120	22.800	1.040
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3.893	4.406	13.113	152.750	0.110	8.250		1.937	26.100	82.650	28.500	1.300
Азу с говядиной	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	200	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800	
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	20.39	17.59	78.64	570.05	0.34	218.56	0.02	2.17	64.73	216.51	21.92	47.02
		5-11 классы	560	24.65	23.23	92.26	692.20	0.41	219.12	0.03	3.36	77.70	251.04	27.39	39.30
	Обед	1-4 классы	707	19.99	15.79	76.92	545.65	0.34	217.16	0.02	2.17	56.53	203.11	14.92	45.62
		5-11 классы	847	30.15	37.02	82.02	856.81	0.32	28.55	0.01	9.87	106.56	406.64	128.39	2.26

Циклическое меню на 2024/2025 уч год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

Среда		2-я неделя		Завтрак											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	10.690	14.398	64.563	430.594	0.216	1.238	0.044	3.922	216.692	238.287	40.677	2.361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	14.655	17.904	81.148	564.348	0.273	1.520	0.054	5.025	256.679	290.726	49.870	3.021
Фруктовый чай	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Среда		2-я неделя		Обед											
Салат из помидор и огурцов	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.75	0.06	7.14	31	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.500	0.110	14.000	59.000	0.040	3.590		4.584	31.170	35.350	26.180	0.142
Борщ с фасолью со сметаной	1-4 классы	102 сб.2015 г.	210	5.100	3.600	14.800	112.800	0.128	9.300	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	260	6.400	4.500	18.600	141.000	0.160	11.620	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	203.000	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600

ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	16.290	16.298	78.463	529.194	0.249	4.639	0.054	3.922	343.803	334.827	56.517	2.551
		5-11 классы	550	20.255	19.804	95.048	662.948	0.306	4.921	0.064	5.025	383.790	387.266	65.710	3.211
	Обед	1-4 классы	730	24.675	18.960	115.282	700.926	0.224	13.344	0.181	5.257	81.444	186.592	62.866	39.367
		5-11 классы	880	29.418	24.62	143.24	877.86	0.30	16.96	0.22	8.57	110.41	234.50	84.85	30.95

Циклическое меню на 2024/2025 уч. год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Четверг		2-я неделя		Завтрак											
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14.671	16.213	40.528	362.073	0.106	2.697		2.849	33.235	68.123	21.137	3.101

	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17.996	17.934	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
Четверг			2-я неделя				Обед									
Салат из б/к капусты	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.900	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	0.489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.340	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	0.816	
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 сб. 2015 г.	200	3.800	3.340	11.400	94.000	0.048	3.680	102.000	0.000	10.400	36.000	12.800	0.540	
	5-11 классы	107 сб. 2015 г.	250	5.800	4.170	14.250	117.500	0.060	4.600	127.750	0.000	13.000	45.000	16.000	0.670	
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981	
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.990	
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.58	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	20.764	22.328	84.507	678.616	0.395	28.781	102.024	7.324	80.177	254.396	34.154	41.633	
		5-11 классы	550	24.089	18.504	110.048	687.776	0.203	3.605	0.000	4.650	96.641	173.571	58.528	5.499	
	Обед	1-4 классы	740	22.868	22.328	84.507	678.616	0.395	28.781	102.024	7.324	80.177	254.396	34.154	41.633	
		5-11 классы	890	31.343	29.822	108.721	843.850	0.501	45.521	127.777	9.950	109.975	323.387	47.369	33.807	

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Пятница			2-я неделя				Завтрак											
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000				
	5-11 классы	СТО 71063300-003-	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000				
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970			
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818			
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060			
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072			
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090			
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090			

Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.225	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Пятница		2-я неделя			Обед										
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 С6.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	104.325	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	220.000	0.057	1.845	0.022	1.717	14.986	29.764	31.461	28.195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	250.000	0.078	2.295	0.03	2.39	20.153	40.117	43.305	28.422
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668
Фруктовый чай	1-4 классы	629 с6.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 с6.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	503	20.669	18.846	73.551	516.966	0.081	4.291	0.103	2.326	225.373	161.322	23.598	37.700
		5-11 классы	553	24.781	23.457	86.760	620.410	0.098	4.153	0.104	3.590	229.820	159.694	25.856	28.705
	Обед	1-4 классы	750	18.536	22.499	76.683	670.487	0.360	62.551	0.054	6.891	119.277	227.086	102.144	30.745
		5-11 классы	900	21.201	28.741	98.855	844.610	0.471	78.471	0.067	10.270	153.361	298.584	136.291	31.866