



СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР МАОУ СОШ 122


_____ **КОСОЛАПОВА Е.Г.**



УТВЕРЖДАЮ:

ИП ЗОРИН В.М.

_____ **ЗОРИН В.М.**

**ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
(ВАРИАНТ 3)
ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ С 2-Х
РАЗОВЫМ ПИТАНИЕМ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ
7-11 ЛЕТ и 12-18 ЛЕТ**

Примерное меню приготавливаемых блюд
2-я ступень (12-18 лет)

Утвердил Должность
Фамилия
Дата

Директор
Косолапова Е.Г.

2024

дата месяц год

День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	№ рецептуры	Цена, руб
1	Завтрак	закуска	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-Й ВАРИАНТ)	45,0	6,8	9,6	10,2	154,6	90/2013	30,00
		гор.блюдо	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(250/10)	250,0	7,5	11,9	52,1	345,1	253/2013	40,93
		гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200,0	0,0	0,0	15,0	59,9	492/2013	2,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	5,00
		фрукты	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 1ШТ	100,0	0,4	0,4	9,8	44,4	112/2013	21,00
		сладкое	ПРЯНИК(30)	30,0	1,8	1,4	22,5	109,8	590/2013	9,00
			Итого:	665,0	19,5	23,6	129,3	807,6		107,93
1	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100,0	2,5	10,2	10,4	142,9	1/2013	18,00
		1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНАМИ	250,0	3,4	4,5	20,4	135,7	157/2013	12,00
		2 блюдо	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100,0	14,6	15,5	8,9	233,3	347/2018	41,93
		гарниры	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(180)	180,0	3,5	10,3	17,8	178,3	195/2013	23,00
		напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(С ВИТАМИНОМ С)	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	507/2013	7,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	3,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
			Итого:	910,0	29,2	41,4	119,0	964,7		107,93
1			Итого за день:	1575,0	48,7	65,0	248,3	1772,3		215,86
2	Завтрак	закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ(60)	60,0	0,5	0,1	1,0	6,5	107/2013	18,00
		гор.блюдо	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ(100)	100,0	15,8	23,9	4,4	296,4	368/2018	63,93
		гарниры	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200,0	7,5	8,3	48,0	296,9	291/2013	13,00
		гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200,0	0,1	0,0	15,2	61,0	494/2013	8,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	5,00
			Итого:	600,0	26,9	32,6	88,3	754,6		107,93
2	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100,0	0,8	10,1	4,8	113,1	22/2006	6,00
		1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-ВАРИАНТ)	250,0	8,6	12,6	32,9	279,8	144/2013	20,00
		2 блюдо	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(240)	240,0	14,7	23,7	43,7	446,6	406/2013	59,93
		напиток	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ(С ВИТАМИНОМ С)	200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	512/2013	14,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	5,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
			Итого:	870,0	30,1	47,2	144,2	1121,8		107,93
2			Итого за день:	1470,0	57,0	79,8	232,5	1876,4		215,86
3	Завтрак	закуска	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (2-Й ВАРИАНТ)	45,0	5,1	8,2	7,7	125,1	90/2013	27,00
		гор.блюдо	КАША "ДРУЖБА"	250,0	6,7	8,0	36,6	245,7	260/2013	29,00
		гор.напиток	ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0	0,0	0,0	15,3	61,3	461/2018	11,00
		фрукты	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	112/2013	36,93

	хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20Г	20,0	1,5	0,2	9,8	46,9	108/2013	4,00
		Итого:	665,0	13,9	17,0	84,1	545,6		107,93
3	Обед	закуска	60,0	0,4	0,2	2,8	14,1	114/2013	14,00
		1 блюдо	250,0	2,3	7,2	13,8	129,2	128/2013	16,00
		2 блюдо	100,0	21,2	14,4	3,9	229,7	339/2013	40,93
		гарниры	200,0	4,3	8,9	29,0	213,4	429/2013	21,00
		напиток	200,0	0,5	0,1	28,1	115,3	512/2013	11,00
		хлеб бел.	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
		хлеб черн.	20,0	1,0	0,2	9,0	41,6	109/2013	1,00
		Итого:	870,0	32,7	31,3	106,3	837,1		107,93
3	Итого за день:		1535,0	46,6	48,3	190,4	1382,7		215,86

4	Завтрак	закуска	100,0	1,0	5,2	11,5	96,6	2/2013	10,00
		гор.блюдо	100,0	15,8	14,9	8,7	231,3	412/2013	60,93
		гарниры	200,0	10,1	10,9	45,8	321,6	237/2013	18,00
		гор.напиток	200,0	2,9	2,5	24,9	133,8	501/2013	11,00
		хлеб бел.	60,0	4,6	0,5	29,5	140,6	108/2013	8,00
		Итого:	660,0	34,4	34,0	120,4	923,9		107,93
4	Обед	закуска	100,0	1,3	10,2	7,3	125,8	76/2013	14,00
		1 блюдо	250,0	0,5	5,0	2,1	55,0	156/2013	15,00
		2 блюдо	100,0	14,5	13,9	9,1	219,1	389/2013	46,93
		гарниры	200,0	4,9	6,5	51,1	282,1	415/2013	18,00
		напиток	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	507/2013	7,00
		хлеб бел.	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
		хлеб черн.	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
		Итого:	930,0	26,4	36,5	131,1	956,5		107,93
4	Итого за день:		1590,0	60,8	70,5	251,5	1880,4		215,86

5	Завтрак	закуска	45,0	6,8	9,6	10,2	154,6	90/2013	29,00
		гор.блюдо	250,0	11,0	10,5	47,9	329,6	258/2013	34,93
		гор.напиток	200,0	0,1	0,0	15,2	61,0	494/2013	10,00
		фрукты	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	112/2013	31,00
		хлеб бел.	20,0	1,5	0,2	9,8	46,9	108/2013	3,00
		Итого:	665,0	20,0	20,9	97,8	658,7		107,93
5	Обед	закуска	100,0	1,0	6,1	6,2	83,8	73/2013	15,00
		1 блюдо	250,0	6,6	6,4	17,2	153,0	153/2013	22,00
		2 блюдо	100,0	15,9	17,6	10,9	265,5	372/2018	44,93
		гарниры	200,0	7,5	8,3	48,0	296,9	291/2013	11,00
		напиток	200,0	0,9	0,0	53,5	218,0	508/2013	8,00
		хлеб бел.	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
		хлеб черн.	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
		Итого:	930,0	36,9	39,1	173,4	1194,1		107,93

5	Итого за день:										1595,0	56,9	60,0	271,2	1852,8	215,86			
6	Завтрак	закуска	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОПЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛ.ГОР.										100,0	2,1	6,3	10,2	105,6	75/2013	15,00
		гор.блюдо	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ(100)										100,0	18,1	21,0	7,4	291,3	411/2013	56,93
		гарниры	КАПУСТА ТУШЕНАЯ										200,0	5,1	7,7	22,2	178,5	423/2013	32,00
		гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ										200,0	0,0	0,0	15,0	59,9	492/2013	1,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г										40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	3,00
			Итого:										640,0	28,3	35,3	74,5	729,1		107,93
6	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ										100,0	0,8	10,1	4,8	113,1	22/2006	5,00
		1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(250)										250,0	8,0	8,1	15,5	167,0	146/2013	25,00
		2 блюдо	ГОЛУБЦЫ "ЛЕНИВЫЕ"100Г										100,0	10,3	19,2	10,1	254,8	372/2013	44,93
		гарниры	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ(200)										200,0	4,3	8,9	29,0	213,4	429/2013	19,00
		напиток	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА										200,0	1,9	0,5	21,5	97,7	519/2013	9,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г										40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	3,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г										40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	2,00
			Итого:										930,0	30,3	47,5	118,5	1022,9		107,93
6	Итого за день:										1570,0	58,6	82,8	193,0	1752,0		215,86		
1	Завтрак	закуска	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ										45,0	1,6	12,5	10,0	159,0		22,00
		закуска	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ										40,0	5,1	4,6	0,3	62,8	300/2013	20,00
		гор.блюдо	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(250/10)										250,0	7,5	11,9	52,1	345,1	253/2013	43,93
		гор.напиток	КАКАО С МОЛОКОМ										200,0	3,6	3,0	25,1	141,3	496/2013	19,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20Г										20,0	1,5	0,2	9,8	46,9	108/2013	3,00
			Итого:										555,0	19,3	32,2	97,3	755,1		107,93
1	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ										100,0	2,5	10,2	10,4	142,9	1/2013	24,00
		1 блюдо	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ										250,0	2,3	6,4	17,5	136,4	134/2013	18,00
		2 блюдо	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (240)										240,0	21,2	25,5	23,2	407,1	407/2013	41,93
		напиток	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕННЫХ										200,0	0,5	0,1	28,1	115,3	512/2013	16,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г										40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г										40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	4,00
			Итого:										870,0	31,5	42,9	116,8	978,6		107,93
1	Итого за день:										1425,0	50,8	75,1	214,1	1733,7		215,86		
2	Завтрак	закуска	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-й ВАРИАНТ)										45,0	6,8	9,6	10,2	154,6	90/2013	24,00
		гор.блюдо	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ										100,0	21,2	14,4	3,9	229,7	339/2013	57,93
		гарниры	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ										200,0	7,5	8,3	48,0	296,9	291/2013	14,00
		гор.напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ										200,0	0,1	0,0	15,2	61,0	494/2013	8,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г										40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
			Итого:										585,0	38,6	32,6	97,0	836,0		107,93
2	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК										100,0	0,8	10,2	8,0	127,3	9/2013	10,00
		1 блюдо	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ										250,0	2,6	6,3	13,8	122,2	143/2013	17,00
		2 блюдо	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ										100,0	18,1	15,7	9,6	252,0	398/2013	52,93

	гарниры	РИС С ОВОЩАМИ(200)	200,0	4,7	8,0	44,2	268,0	234/2018	19,00
	напиток	КИСЕЛЬ	200,0	0,1	0,0	14,5	58,3	503/2013	3,00
	хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	3,00
	хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
		Итого:	930,0	31,3	40,9	127,7	1004,7		107,93
2	Итого за день:		1515,0	69,9	73,5	224,7	1840,7		215,86

3	Завтрак	закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100,0	0,8	10,1	4,8	113,1	22/2006	7,00
		гор.блюдо	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ(100)	100,0	16,9	21,1	15,1	318,2	336/2018	65,93
		гарниры	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200,0	10,1	10,9	45,8	321,6	237/2013	22,00
		гор.напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200,0	0,1	0,1	20,7	83,4	501/2013	9,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
			Итого:	640,0	30,9	42,5	106,1	930,1		107,93
3	Обед	закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,5	0,1	1,5	8,5	145/2018	7,00
		1 блюдо	СУП С РИСОВОЙ КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250,0	8,9	11,4	16,8	205,4	155/2013	27,00
		2 блюдо	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ(100)	100,0	19,1	11,3	9,7	216,5	345/2013	41,93
		гарниры	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ(200)	200,0	4,3	8,9	29,0	213,4	429/2013	20,00
		напиток	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(С ВИТАМИНОМ С)	200,0	0,9	0,0	53,5	218,0	508/2013	7,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	3,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	2,00
			Итого:	890,0	38,7	32,4	148,1	1038,7		107,93
3	Итого за день:		1530,0	69,6	74,9	254,2	1968,8		215,86	

4	Завтрак	закуска	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100,0	2,5	10,2	10,4	142,9	1/2013	20,00
		гор.блюдо	КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ(100)	100,0	15,8	14,9	8,7	231,3	412/2013	68,93
		гарниры	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200,0	7,5	8,3	48,0	296,9	291/2013	12,00
		гор.напиток	ЧАЙ С САХАРОМ	200,0	0,0	0,0	15,0	59,9	492/2013	2,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	5,00
			Итого:	640,0	28,8	33,7	101,8	824,8		107,93
4	Обед	закуска	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100,0	3,1	11,9	7,5	149,8	55/2013	16,00
		1 блюдо	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250,0	3,3	5,3	14,6	119,6	161/2013	17,00
		2 блюдо	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"	100,0	14,3	13,3	8,2	210,0	341/2018	38,93
		гарниры	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200,0	4,9	6,5	51,1	282,1	415/2013	20,00
		напиток	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(С ВИТАМИНОМ С)	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	507/2013	8,00
		хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г	40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	5,00
		хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
			Итого:	930,0	30,8	37,9	142,9	1036,0		107,93
4	Итого за день:		1570,0	59,6	71,6	244,7	1860,8		215,86	

5	Завтрак	закуска	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(20/25)	45,0	2,1	16,1	12,8	204,5		17,00
		закуска	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60,0	0,5	0,1	1,5	8,5	145/2018	8,00
		гор.блюдо	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(200)	200,0	21,3	25,3	4,7	331,7	301/2013	69,93

	гор.напиток	ЧАЙ С МОЛОКОМ		200,0	1,5	1,3	17,4	86,5	495/2013	8,00
	сладкое	ПРЯНИК(40)		40,0	2,4	1,9	30,0	146,4	590/2013	5,00
		Итого:		545,0	27,8	44,7	66,4	777,6		107,93
5	Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛ.ГОР.		100,0	2,1	6,3	10,2	105,6	75/2013	15,00
	1 блюдо	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		250,0	2,3	7,2	13,8	129,2	128/2013	16,00
	2 блюдо	ГУЛЯШ 50/50		100,0	10,9	12,6	4,2	173,3	367/2013	42,93
	гарниры	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		200,0	10,1	10,9	45,8	321,6	237/2013	16,00
	напиток	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ(С ВИТАМИНОМ С)		200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	512/2013	12,00
	хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г		40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
	хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г		40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	2,00
		Итого:		930,0	31,4	37,8	136,8	1012,0		107,93
5	Итого за день:			1475,0	59,2	82,5	203,2	1789,6		215,86
6	Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ(200/20)		220,0	44,9	17,8	54,2	556,7	313/2013	69,93
	гор.напиток	ЧАЙ С МОЛОКОМ		200,0	1,5	1,3	17,4	86,5	495/2013	10,00
	фрукты	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 1ШТ		100,0	0,4	0,4	9,8	44,4	112/2013	16,00
	булочное	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(60)		60,0	4,3	7,9	35,9	232,0	564/2013	12,00
		Итого:		580,0	51,1	27,4	117,3	919,6		107,93
6	Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		100,0	1,3	10,2	7,3	125,8	76/2013	14,00
	1 блюдо	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ,СО СМЕТАНОЙ		250,0	2,1	6,2	9,7	103,2	142/2013	13,00
	2 блюдо	РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(100)		100,0	21,0	8,3	11,2	204,0	343/2013	39,93
	гарниры	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ(200)		200,0	4,3	8,9	29,0	213,4	429/2013	22,00
	напиток	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕННЫХ		200,0	0,5	0,1	28,1	115,3	512/2013	12,00
	хлеб бел.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40Г		40,0	3,0	0,3	19,7	93,8	108/2013	4,00
	хлеб черн.	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г		40,0	2,0	0,4	17,9	83,1	109/2013	3,00
		Итого:		930,0	34,2	34,4	122,9	938,6		107,93
6	Итого за день:			1510,0	85,3	61,8	240,2	1858,2		215,86
Среднее значение за период:										
				1530,0	60,2	70,5	230,7	1797,4		215,86