

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №164

города Ростова-на-Дону

Яркина Е.А.



**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД 2022 г.**

детский сад 12 часов пребывания

возрастные категории 1-3, 3-7 лет



лето-осень  
Вторник  
первая

ная категория: 1-3, 3-7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Прием пищи												№ рец.			
		Масса порции в граммах		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал							
		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли						
	<b>завтрак 8.30-9.00</b>																
	Суп молочный с крупой	200	150	5,21	4,33	4,98	4,48	18,75	14,28	209,82	164,71	140					
	Хлеб пшеничный формовой	40	30	3,40	2,55	1,32	0,99	17,00	12,75	96,80	72,60	573					
	Масло сливочное (порциями)	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,40	37,40	79					
	Рйцо вареное	49	49	6,22	6,22	5,68	5,68	0,34	0,34	21,63	21,63	267					
	Чай с сахаром	200	180	0,12	0,10	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49	457					
	<b>итого</b>	<b>494</b>	<b>414</b>	<b>15,0</b>	<b>13,2</b>	<b>15,6</b>	<b>14,8</b>	<b>44,2</b>	<b>34,4</b>	<b>393,7</b>	<b>320,8</b>						
	<b>второй завтрак 10.30-11.00</b>																
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	180	0,9	0,9	0,18	0,18	18	18	101,93	101,93	501					
	<b>итого</b>	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>0,18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>101,93</b>	<b>101,93</b>						
	<b>обед 12.00-13.00</b>																
	Суп картофельный с фрикадельками	200	150	9,84	9,21	10,21	9,85	15,2	10,41	152,46	118,25	123					
	Печень, тушенная в соусе сметанном	80	60	3,6	2,08	6,16	3,62	18,8	16,3	155	106,4	359					
	Каша гречневая рассыпчатая	130	110	8,07	6,05	5,67	4,43	31,9	27,9	183,2	164,27	202					
	Овощи отварные	60	40	0,07	0,05	2,06	0,77	5,05	4,9	40,05	23,7	156					
	Хлеб ржаной	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	24,4	19,52	121	96,8	574					
	Компот из смеси сухофруктов	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74	495					
	<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>550</b>	<b>25,9</b>	<b>20,9</b>	<b>24,6</b>	<b>19,1</b>	<b>109,4</b>	<b>90,9</b>	<b>709,5</b>	<b>558,2</b>						
	<b>полдник 15.30</b>																
	Печенье	50	20	3,75	1,5	4,9	1,96	37,2	16,13	208,5	123,4	582					
	Кисломолочный напиток	200	180	5,6	5,04	5	4,5	8	7,2	106	95,4	470					
	<b>итого</b>	<b>250</b>	<b>200</b>	<b>9,4</b>	<b>6,5</b>	<b>9,9</b>	<b>6,5</b>	<b>45,2</b>	<b>23,3</b>	<b>314,5</b>	<b>218,8</b>						
	<b>ужин 18.30</b>																
	Сырники из творога запеченные с соусом сметанным	150	125	4,83	4,05	14,7	10,45	25,46	17,37	253,2	172,5	285/408					
	Хлеб пшеничный формовой	40	30	3,4	2,55	1,32	0,99	17	12,75	96,8	72,6	573					
	Фрукты свежие	100	95	0,26	0,25	0,17	0,16	11,47	10,9	52	49,4	82					
	Молоко кипяченое	180	150	5,04	4,2	4,5	3,75	8,46	7,05	93,6	78	469					
	<b>итого</b>	<b>470</b>	<b>400</b>	<b>13,53</b>	<b>11,05</b>	<b>20,69</b>	<b>15,35</b>	<b>62,39</b>	<b>48,07</b>	<b>495,6</b>	<b>372,5</b>						
	<b>ИТОГО за целый день</b>	<b>2094</b>	<b>1744</b>	<b>64,65</b>	<b>52,57</b>	<b>71,02</b>	<b>55,88</b>	<b>279,16</b>	<b>214,75</b>	<b>2015,23</b>	<b>1572,22</b>						

2

лето-осень  
реда  
первая  
для категорий: 1-3, 3-7 лет

Наименование блюда	Прием пищи												№ рец.
	Масса порции в граммах		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал				
	свд	ясли	свд	ясли	свд	ясли	свд	ясли	свд	ясли	свд	ясли	
завтрак 8.30-9.00	200	150	4,61	3,88	4,57	4,17	25,13	23,2	124,1	102,92	140	140	
Суп молочный с крупой	35	30	2,98	2,55	1,16	0,99	14,88	12,75	84,7	72,6	573	573	
Хлеб пшеничный формовой	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,4	37,4	79	79	
Масло сливочное (порциями)	13	9	3,13	2,17	3,84	2,66	0,04	0,03	47,19	32,67	75	75	
Сыр полутвердый (порциями)	200	180	2,94	2,64	2,62	2,35	14,39	12,64	87,21	77,27	465	465	
Кофейный напиток с молоком	453	374	13,69	11,27	15,82	13,8	54,48	48,66	380,6	322,86			
ИТОГО													
второй завтрак 10.30-11.00	100	100	1,5	0,6	0,5	0,14	21	15	95	79	82	82	
Фрукты свежие	100	100	1,5	0,6	0,5	0,14	21	15	95	79			
ИТОГО													
обед 12.00-13.00	200	150	1,84	1,51	5,42	5,09	10,87	8,9	102,08	89,52	95	95	
Борщ с капустой и картофелем	80	60	10,01	9,98	14,6	12,94	13,43	12,45	211,37	179,57	339	339	
Котлеты из говядины	130	110	2,69	2,4	4,55	3,71	18,1	16,32	128,65	111,91	377	377	
Пюре картофельное	50	40	0,35	0,28	0,05	0,04	0,95	0,76	6	4,8	148	148	
Овощи свежие (порциями)	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	24,4	19,52	121	96,8	574	574	
Хлеб ржаной	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74	495	495	
Компот из смеси сухофруктов	690	550	19,2	17,6	25,1	22,2	81,8	69,8	626,9	531,3			
ИТОГО													
полдник 15.30	50	40	0,55	0,44	0,05	0,04	28,5	20,3	181	144,8	581	581	
Приним	200	180	5,6	5,04	5	4,5	8	7,2	106	95,4	470	470	
Кисломолочный напиток	250	220	6,15	5,48	5,05	4,54	36,5	27,5	287	240,2			
ИТОГО													
ужин 18.30	80	60	5,7	3,21	6,81	5,11	12,38	11,65	184,31	165,83	311	311	
Рыба, запеченная в сметанном соусе	130	110	5,75	5,69	7,03	6,8	32,7	31,9	163	155	206	206	
Каша пшеница рассыпчатая	50	40	1,36	1,31	1,67	1,33	8,67	7,13	26,7	21,3	34/3	34/3	
Кабачки припущенные	30	20	2,55	1,7	0,99	0,66	12,75	8,5	72,6	48,4	573	573	
Хлеб пшеничный формовой	200	180	0,12	0,1	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49	457	457	
Чай с сахаром	490	410	15,48	12,01	16,53	13,93	74,52	66,2	474,64	415,02			
ИТОГО за целый день	1983	1654	56,02	46,99	63,03	54,6	268,32	227,2	1864,15	1588,42			

лето-осень  
Четверг  
первая

тип питания: 1-3, 3-7 лет

Прием пищи

Наименование блюда	Масса порции в граммах		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал		№ реч.
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	
<b>завтрак 8.30-9.00</b>											
Биточки рыбные	80	60	5,1	3,34	5,68	5,26	7,68	5,76	90,4	77,8	307
Картофель отварной с маслом	130	110	2,63	2,22	4,15	3,34	31,23	27,96	137,5	114,62	152
Хлеб пшеничный формовой	35	25	2,98	2,13	1,16	0,83	14,88	10,63	84,7	60,5	573
Масло сливочное (порциями)	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,4	37,4	79
Чай с сахаром	200	180	0,12	0,1	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49	457
<b>итого</b>	<b>450</b>	<b>380</b>	<b>10,86</b>	<b>7,82</b>	<b>14,65</b>	<b>13,09</b>	<b>61,85</b>	<b>51,41</b>	<b>378,03</b>	<b>314,81</b>	
<b>второй завтрак 10.30-11.00</b>											
Фрукты свежие	100	100	1,5	0,26	0,5	0,18	21	11	95	47	82
<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,26</b>	<b>0,50</b>	<b>0,18</b>	<b>21,00</b>	<b>11,00</b>	<b>95,00</b>	<b>47,00</b>	
<b>обед 12.00-13.00</b>											
Суп картофельный вегетарианский	200	150	2,53	2,13	5,5	5,17	8,25	6,91	79,08	75,2	78
Гуляш из отварной говядины	80	60	6,51	5,68	6	5,82	14,39	13,24	190,69	158,1	327
Макаронные изделия отварные	130	110	5,88	4,57	4,76	3,78	29,29	27,78	194,9	172,42	256
Икра кабачковая	50	40	0,46	0,36	2,35	1,88	2,96	2,37	34,8	27,8	50
Хлеб ржаной	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	24,4	19,52	121	96,8	574
Компот из смеси сухофруктов	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74	495
<b>итого</b>	<b>690</b>	<b>550</b>	<b>19,69</b>	<b>16,20</b>	<b>19,12</b>	<b>17,06</b>	<b>93,36</b>	<b>81,71</b>	<b>678,28</b>	<b>579,06</b>	
<b>полдник 15.30</b>											
Крендель сахарный	70	60	6,64	5,81	6,65	5,33	29,28	26,04	182,85	157,34	460
Кисломолочный напиток	180	150	5,04	4,2	4,5	3,75	7,2	6	95,4	79,5	470
<b>итого</b>	<b>250</b>	<b>210</b>	<b>11,68</b>	<b>10,01</b>	<b>11,15</b>	<b>9,08</b>	<b>36,48</b>	<b>32,04</b>	<b>278,25</b>	<b>236,84</b>	
<b>ужин 18.30</b>											
Каша рисовая молочная жидкая	200	150	5,54	4,16	8,62	6,46	30,4	24,3	289	252	236
Хлеб пшеничный формовой	35	25	2,98	2,13	1,16	0,83	14,88	10,63	84,7	60,5	573
Яйцо вареное	49	49	6,22	6,22	5,68	5,68	0,34	0,34	21,63	21,63	267
Каша с молоком	200	180	3,19	2,83	2,77	2,47	13,84	12,15	83,68	74,18	462
<b>итого</b>	<b>484</b>	<b>404</b>	<b>17,93</b>	<b>15,34</b>	<b>18,23</b>	<b>15,44</b>	<b>59,46</b>	<b>47,42</b>	<b>479,01</b>	<b>408,31</b>	
<b>Итого за целый день</b>	<b>1974</b>	<b>1644</b>	<b>61,66</b>	<b>49,63</b>	<b>63,65</b>	<b>54,85</b>	<b>272,15</b>	<b>223,58</b>	<b>1908,6</b>	<b>1586,0</b>	

4





лето-осень  
ежедневник  
пран

ан категория: 1-3, 3-7 лет

Наименование блюда	Прием пищи												№ рез.
	Масса порции в граммах		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал		№ рез.		
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли			
завтрак 8.30-9.00													
Яйцо вареное	49	49	6,22	6,22	5,68	5,68	0,34	0,34	21,63	21,63	267	267	
Галуша тушеная	120	100	2,58	2,15	4,56	3,8	12,96	10,8	151,72	114,77	380	380	
Хлеб пшеничный йодированный	30	20	2,55	1,7	0,99	0,66	12,75	8,5	72,6	48,4	573/1	573/1	
Масло сливочное (порциями)	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,4	37,4	79	79	
Сыр полутвердый (порциями)	13	9	3,13	2,17	3,84	2,66	0,04	0,03	47,19	32,67	75	75	
Чай с сахаром	200	180	0,12	0,1	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49	457	457	
<b>итого</b>	<b>417</b>	<b>363</b>	<b>14,6</b>	<b>12,4</b>	<b>18,7</b>	<b>16,5</b>	<b>34,2</b>	<b>26,7</b>	<b>358,6</b>	<b>279,4</b>			
второй завтрак 10.30-11.00													
Фрукты свежие	100	100	1,5	0,6	0,5	0,14	21	15	95	79	82	82	
<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>0,14</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>95</b>	<b>79</b>			
обед 12.00-13.00													
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	150	2,43	1,81	3,44	2,33	14,83	11,6	101,92	75,86	129	129	
Птица тушеная	80	60	4,41	3,06	7,62	5,47	8,35	5,76	184	153,4	301	301	
Пюре картофельное	130	110	2,69	2,4	4,55	3,71	18,1	16,32	128,65	111,91	377	377	
Слоицы свежие (порциями)	50	40	0,55	0,46	0,1	0,08	1,9	1,52	11	8,8	148	148	
Хлеб ржаной	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	26,4	19,52	121	96,8	574	574	
Компот из смеси сухофруктов	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74	495	495	
<b>итого</b>	<b>690</b>	<b>550</b>	<b>14,4</b>	<b>11,2</b>	<b>16,2</b>	<b>12,0</b>	<b>81,7</b>	<b>66,6</b>	<b>604,4</b>	<b>495,5</b>			
полдник 15.30													
Патрушка с творожным фаршем	80	60	5,03	4,89	9,6	7,39	41,13	35,39	166,88	136,24	531	531	
Насламоломочный напиток	180	150	5,04	4,2	4,5	3,75	7,2	6	95,4	79,5	470	470	
<b>итого</b>	<b>260</b>	<b>210</b>	<b>10,1</b>	<b>9,1</b>	<b>14,1</b>	<b>11,1</b>	<b>48,3</b>	<b>41,4</b>	<b>262,3</b>	<b>215,7</b>			
ужин 18.30													
Наша "Дружба"	200	180	5,24	4,72	5,5	4,95	28,15	20,78	207,93	164,14	229	229	
Хлеб пшеничный йодированный	50	40	4,25	3,4	1,65	1,32	21,25	17	121	96,8	573/1	573/1	
Молоко кипяченое	200	180	5,6	5,04	5	4,5	9,4	8,46	104	93,6	469	469	
<b>итого</b>	<b>450</b>	<b>400</b>	<b>15,09</b>	<b>13,16</b>	<b>12,15</b>	<b>10,77</b>	<b>58,8</b>	<b>46,24</b>	<b>432,93</b>	<b>354,54</b>			
<b>ИТОГО за целый день</b>	<b>1917</b>	<b>1623</b>	<b>55,7</b>	<b>46,4</b>	<b>61,7</b>	<b>50,5</b>	<b>243,9</b>	<b>196,0</b>	<b>1753,2</b>	<b>1424,2</b>			

в-осень  
в-осень  
ран

категории 1-3, 3-7 лет

Наименование блюда	Прием пищи												№ рец.
	Масса порции в граммах		Болки		Жиры		Углеводы		Ккал				
	сэд	ясли	сэд	ясли	сэд	ясли	сэд	ясли	сэд	ясли			
завтрак 8.30-9.00	170	140	9,68	7,38	19,38	15,11	31,9	25,57	222,44	183,64	279/406		
Запеканка из творога с соусом молочным сладким													
Хлеб пшеничный формовой	40	30	3,4	2,55	1,32	0,99	17	12,75	96,8	72,6	573		
Масло сливочное (порцелми)	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,4	37,4	79		
Чай с сахаром	200	180	0,12	0,1	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49	457		
<b>ИТОГО</b>	<b>415</b>	<b>355</b>	<b>13,2</b>	<b>10,1</b>	<b>24,4</b>	<b>19,8</b>	<b>57,0</b>	<b>45,4</b>	<b>384,7</b>	<b>318,1</b>			
второй завтрак 10.30-11.00													
Фрукты, свежие	100	100	1,5	0,26	0,5	0,18	21	11	95	47	82		
<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,26</b>	<b>0,5</b>	<b>0,18</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	<b>95</b>	<b>47</b>			
обед 12.00-13.00													
Щи из свежей капусты с картофелем	200	150	1,66	1,39	5,39	5,07	11,73	10,12	92,75	82,34	104		
Оладьи из пшена по-нундзевски	80	60	4,8	4,4	1,86	1,22	5,04	4,88	228	213	357		
Картофель отварной с маслом	130	110	2,63	2,22	4,15	3,34	31,23	27,96	137,5	114,62	152		
Овощи свежие (порцелми)	50	40	0,35	0,28	0,05	0,04	0,95	0,76	6	4,8	148		
Хлеб ржаной	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	24,4	19,52	121	96,8	574		
Компот из смеси сухофруктов	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74	495		
<b>ИТОГО</b>	<b>690</b>	<b>550</b>	<b>13,8</b>	<b>11,8</b>	<b>12,0</b>	<b>10,1</b>	<b>87,4</b>	<b>75,1</b>	<b>643,1</b>	<b>560,3</b>			
полдник 15.30													
Булочка домашняя	70	60	5,74	5	10	8,12	39,09	35,28	202,63	180,94	542		
Кисло-молочный напиток	180	150	5,04	4,2	4,5	3,75	7,2	6	95,4	79,5	470		
<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>210</b>	<b>10,8</b>	<b>9,2</b>	<b>14,5</b>	<b>11,9</b>	<b>46,3</b>	<b>41,3</b>	<b>298,0</b>	<b>260,4</b>			
ужин 18.30													
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	150	6,93	5,04	7,59	5,67	25,9	22,84	200,23	129,81	234		
Хлеб пшеничный формовой	40	30	3,4	2,55	1,32	0,99	17	12,75	96,8	72,6	573		
Вареное	49	49	6,22	6,22	5,68	5,68	0,34	0,34	121,63	121,63	267		
Кофейный напиток с молоком	200	180	2,94	2,64	2,62	2,35	14,39	12,64	87,21	77,27	465		
<b>ИТОГО</b>	<b>489</b>	<b>409</b>	<b>19,49</b>	<b>16,45</b>	<b>17,21</b>	<b>14,69</b>	<b>57,63</b>	<b>48,57</b>	<b>505,87</b>	<b>401,31</b>			
<b>ИТОГО за целый день</b>	<b>1944</b>	<b>1624</b>	<b>58,75</b>	<b>47,72</b>	<b>68,53</b>	<b>56,58</b>	<b>269,3</b>	<b>221,36</b>	<b>1926,63</b>	<b>1587,18</b>			





лето-осень  
лето  
лето

на категорию: 1-3, 3-7 лет

Наименование блюда	Прием пищи												№ рец.
	Масса порции в граммах		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал.		№ рец.		
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли			
<b>завтрак 8.30-9.00</b>													
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	60	5,89	3,76	6,81	4,68	12,65	10,19	100,89	80,38			299
Каша пшеничная рассыпчатая	120	100	3,53	2,36	3,5	2,58	19,74	13,16	102,52	80,84			206
Хлеб пшеничный формовой	30	20	2,55	1,7	0,99	0,66	12,75	8,5	72,6	48,4			573
Масло сливочное (порциями)	5	5	0,03	0,03	3,63	3,63	0,04	0,04	37,4	37,4			79
Чай с сахаром	200	180	0,12	0,1	0,03	0,03	8,02	7,02	28,03	24,49			457
<b>итого</b>	<b>435</b>	<b>365</b>	<b>12,1</b>	<b>8,0</b>	<b>15,0</b>	<b>11,6</b>	<b>53,2</b>	<b>38,9</b>	<b>341,4</b>	<b>271,5</b>			
<b>второй завтрак 10.30-11.00</b>													
Фрукты свежие	100	100	1,5	0,26	0,5	0,18	21	11	95	47			82
<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,26</b>	<b>0,5</b>	<b>0,18</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	<b>95</b>	<b>47</b>			
<b>обед 12.00-13.00</b>													
Борщ летний	200	150	3,14	2,69	3,09	2,74	3,86	2,18	82,31	67,24			64
Плов из говядины	200	150	10,07	8,58	17,89	14,36	36,58	30,8	349,56	280,86			330
Мясо лабачковая	50	40	0,46	0,36	2,35	1,88	2,96	2,37	34,8	27,8			50
Хлеб ржаной	50	40	4,05	3,24	0,5	0,4	24,4	19,52	121	96,8			574
Компот из смеси сухофруктов	180	150	0,26	0,22	0,01	0,01	14,07	11,89	57,81	48,74			495
<b>итого</b>	<b>680</b>	<b>530</b>	<b>18,0</b>	<b>15,1</b>	<b>23,8</b>	<b>19,4</b>	<b>81,9</b>	<b>66,8</b>	<b>645,5</b>	<b>521,4</b>			
<b>полдник 15.30</b>													
Пирожок печеный с яблоками	70	60	6,63	5,93	5,6	4,4	22,85	20,58	180,9	139,81			535
Виспалочный напиток	180	150	5,04	4,2	4,5	3,75	7,2	6	95,4	79,5			470
<b>итого</b>	<b>250</b>	<b>210</b>	<b>11,7</b>	<b>10,1</b>	<b>10,1</b>	<b>8,2</b>	<b>30,1</b>	<b>26,6</b>	<b>276,3</b>	<b>219,3</b>			
<b>ужин 18.30</b>													
Суп молочный с крупой	200	150	4,61	3,88	8,57	6,17	31,23	27,53	224,1	182,92			140
Хлеб пшеничный формовой	50	40	4,25	3,4	1,65	1,32	21,25	17	121	96,8			573
Кофейный напиток с молоком	200	180	2,94	2,64	2,62	2,35	14,39	12,64	87,21	77,27			465
<b>итого</b>	<b>450</b>	<b>370</b>	<b>11,8</b>	<b>9,92</b>	<b>12,84</b>	<b>9,84</b>	<b>66,87</b>	<b>57,17</b>	<b>432,31</b>	<b>356,99</b>			
<b>ИТОГО за целый день</b>	<b>1915</b>	<b>1575</b>	<b>55,1</b>	<b>43,4</b>	<b>62,2</b>	<b>49,1</b>	<b>253,0</b>	<b>200,4</b>	<b>1790,5</b>	<b>1416,3</b>			

