



**ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**для организации питания учащихся МБОУ "СОШ №8" с.Спасское**  
**разовое питание от 7- 11 лет**

2-х

Наименование блюда	Выход (г)	Химический состав				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг			
		Белки (23-23,5 г)	Жиры (23-23,5 г)	Углеводы (90-96г)	Энерг. ценность 680 ккал	Кальций Ca	Магний Mg	Фосфор p	Железо Fe	B1	C	A	E
<b>1 день</b>													
<b>Завтрак</b>													
макароны отв	150	5,80	9,90	26,00	188,20	35,00	64,00	167,00	3,90	0,09	0,00	0,03	1,20
гуляш из мяса птицы	80	10,00	9,50	18,50	207,50	36,87	15,00	135,00	0,87	0,01	0,00	0,12	0,37
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	110,00	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>19,55</b>	<b>20,85</b>	<b>85,2</b>	<b>565,7</b>	<b>143,87</b>	<b>108</b>	<b>386,5</b>	<b>6,33</b>	<b>0,18</b>	с-витамин	<b>0,25</b>	<b>2,72</b>
<b>Обед</b>													
борщ	250	6,70	9,40	18,40	196,90	25,90	25,90	24,30	1,15	1,02	8,25	0,04	1,60
рис отварной	150	5,39	4,10	32,80	190,50	36,00	25,50	159,00	1,30	0,20	0,00	0,03	2,00
минтай тушеный	100	12,50	14,00	13,20	228,80	28,00	4,90	146,00	0,90	0,30	0,08	0,00	1,80
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,7	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
компот из сухофруктов	200	0,00	0,83	0.15	34,94	134,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>28,34</b>	<b>29,78</b>	<b>64,40</b>	<b>781,94</b>	<b>283,90</b>	<b>85,30</b>	<b>413,80</b>	<b>4,91</b>	<b>1,60</b>	с-витамин	<b>0,17</b>	<b>6,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>47,89</b>	<b>50,63</b>	<b>149,60</b>	<b>1347,64</b>	<b>427,77</b>	<b>193,30</b>	<b>800,30</b>	<b>11,24</b>	<b>1,78</b>	с-витамин	<b>0,42</b>	<b>9,27</b>
<b>2 день</b>													
<b>Завтрак</b>													
рис отварной	150	2,50	4,00	30,50	215,12	54,00	30,00	112,00	1,40	0,20	7,40	0,12	0,20
Тефтеля мясная	60	14,28	16,00	13,20	157,90	28,00	4,90	146,00	0,50	0,23	0,08	0,00	1,80
овощи консервированные	30	1,10	0,20	2,40	21,40	10,00	11,00	24,00	0,40	1,00	12,70	0,25	0,50
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>21,63</b>	<b>21,65</b>	<b>86,80</b>	<b>585,22</b>	<b>164,00</b>	<b>74,90</b>	<b>366,50</b>	<b>3,86</b>	<b>1,51</b>	с-витамин	<b>0,47</b>	<b>3,65</b>

<u>Обед</u>													
суп куриный вермишелевый	250	5,70	4,00	23,74	171,00	24,60	25,00	164,00	1,10	0,12	8,25	0,00	0,75
Гречка отварная	150	8,60	7,40	46,80	246,60	26,20	48,00	125,20	2,90	0,07	0,00	0,00	0,90
гуляш из свинины	120	12,84	9,12	16,32	198,70	23,88	42,00	28,80	0,84	0,14	7,90	0,01	0,00
овощи консерв	30	1,10	0,20	2,40	21,40	10,00	11,00	24,00	0,40	1,00	12,70	0,25	0,50
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>21,63</b>	<b>21,65</b>	<b>101,80</b>	<b>645,22</b>	<b>176,00</b>	<b>80,90</b>	<b>374,50</b>	<b>4,66</b>	<b>1,51</b>	<b>с-витамин</b>	<b>0,47</b>	<b>3,65</b>
<u>3 день</u>													
<u>Завтрак</u>													
гречка отварная	150	18,60	16,30	25,50	426,00	129,00	54,30	232,30	2,20	0,10	0,03	0,17	1,01
голень куриная запеченная	100	1,32	0,24	3,60	12,80	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	0,08	1,00
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
сок	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>23,67</b>	<b>17,99</b>	<b>69,8</b>	<b>602,4</b>	<b>207</b>	<b>89,9</b>	<b>331,2</b>	<b>4</b>	<b>0,54</b>	<b>с-витамин</b>	<b>0,35</b>	<b>3,16</b>
<u>Обед</u>													
суп гороховый	250	8,5	10,10	10,90	222,80	25,90	44,00	24,30	1,15	1,02	8,25	0,04	1,60
пюре картофельное	150	3,90	4,00	51,30	204,70	20,00	36,00	100,10	0,80	0,04	0,00	0,00	2,00
тефтеля мясная	100/ 40	10,80	13,54	17,40	234,70	6,00	0,00	125,00	0,74	0,00	5,00	0,00	2,00
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>18,45</b>	<b>15,55</b>	<b>120,30</b>	<b>853,00</b>	<b>123,90</b>	<b>109,00</b>	<b>333,90</b>	<b>4,25</b>	<b>1,14</b>	<b>с-витамин</b>	<b>0,14</b>	<b>6,75</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,12</b>	<b>33,54</b>	<b>190,10</b>	<b>1455,40</b>	<b>330,90</b>	<b>198,90</b>	<b>665,10</b>	<b>8,25</b>	<b>1,68</b>	<b>с-витамин</b>	<b>0,49</b>	<b>9,91</b>
<u>4 день</u>													
<u>Завтрак</u>													
капуста тушеная	150	4,14	4,34	28,82	188,20	48,00	34,00	212,00	1,76	0,33	0,00	0,04	2,70
кондитерские изд. Без крема зав.изг.	30	1,32	0,24	3,60	12,80	31,00	21,00	25,00	0,50	0,90	0,00	0,04	1,00
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>9,21</b>	<b>6,03</b>	<b>73,12</b>	<b>391,8</b>	<b>151</b>	<b>84</b>	<b>321,5</b>	<b>3,82</b>	<b>1,31</b>	<b>с-витамин</b>	<b>0,18</b>	<b>4,85</b>
<u>Обед</u>													
Суп с гречневой крупой	250	13,00	12,00	37,00	306,00	42,00	40,60	231,00	1,35	0,22	9,40	0,00	1,00
Пельменни с маслом	200	14,60	17,50	35,40	357,50	66,70	37,50	88,60	7,30	0,17	0,84	0,00	0,60
сыр	20	1,32	0,24	3,60	12,80	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	0,08	1,00
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00

<b>ИТОГО:</b>	<b>32,67</b>	<b>31,19</b>	<b>91,00</b>	<b>867,10</b>	<b>186,70</b>	<b>113,70</b>	<b>418,50</b>	<b>10,45</b>	<b>0,83</b>	с- витамины	<b>0,18</b>	<b>3,75</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>41,88</b>	<b>37,22</b>	<b>164,12</b>	<b>1258,90</b>	<b>337,70</b>	<b>197,70</b>	<b>740,00</b>	<b>14,27</b>	<b>2,14</b>	с- витамины	<b>0,36</b>	<b>8,60</b>
<b>5 день</b>												
<b>Завтрак</b>												
рассольник	200	3,30	5,01	39,86	194,42	22,00	39,60	110,10	0,90	0,04	0,00	2,20
булочка	60	0,32	0,24	3,60	10,20	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	1,00
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	110,00	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	1,15
чай	200	0,83	0,15	34,94	134,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>7,88</b>	<b>6,85</b>	<b>69,16</b>	<b>314,62</b>	<b>100</b>	<b>75,2</b>	<b>209</b>	<b>2,7</b>	<b>0,48</b>	с-витамины	<b>0,18</b>	<b>4,35</b>
<b>Обед</b>												
суп с фрикадельками	250	6,67	8,90	12,70	161,70	32,20	32,00	161,00	2,35	0,13	2,20	1,00
жаркое по - домашнему	200	3,90	4,00	51,30	204,70	20,00	36,00	100,10	0,80	0,04	0,00	2,00
Салат из морской капусты	100	0,84	7,15	14,80	153,50	36,00	17,70	163,00	11,00	0,11	6,00	1,30
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	1,15
чай	200	0,60	0,00	29,00	111,20	25,20	19,40	39,60	0,60	0,06	0,40	0,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>15,76</b>	<b>21,50</b>	<b>133,50</b>	<b>761,90</b>	<b>173,40</b>	<b>128,10</b>	<b>540,20</b>	<b>15,51</b>	<b>0,42</b>	с-витамины	<b>0,32</b>	<b>5,45</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>16,59</b>	<b>21,65</b>	<b>202,66</b>	<b>1076,52</b>	<b>185,40</b>	<b>134,10</b>	<b>548,20</b>	<b>16,31</b>	<b>0,42</b>	с-витамины	<b>0,32</b>	<b>5,45</b>
<b>6 день</b>												
<b>Завтрак</b>												
рис отварной	150	2,50	4,00	30,50	215,12	54,00	30,00	112,00	1,40	0,20	7,40	0,20
голень куриная запеченная	100	1,32	0,24	3,60	12,80	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	1,00
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	1,15
сок	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>7,57</b>	<b>5,69</b>	<b>74,8</b>	<b>602,4</b>	<b>132</b>	<b>65,6</b>	<b>210,9</b>	<b>3,2</b>	<b>0,64</b>	с-витамины	<b>0,3</b>	<b>2,35</b>
<b>Обед</b>												
борщ	250	5,24	15,80	25,00	312,80	32,20	32,00	160,00	2,35	0,13	2,20	0,76
макаронь отв	120	5,80	9,90	26,00	188,20	35,00	64,00	167,00	3,90	0,09	0,00	1,20
гуляш из мяса птицы	80	10,00	9,50	18,50	207,50	36,87	15,00	135,00	0,87	0,01	0,00	0,37
овощи свежие	100	1,32	0,24	3,60	12,80	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	1,00
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>	<b>20,87</b>	<b>36,89</b>	<b>113,80</b>	<b>912,10</b>	<b>182,07</b>	<b>146,60</b>	<b>560,90</b>	<b>8,92</b>	<b>0,67</b>	с-витамины	<b>0,33</b>	<b>4,48</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>28,44</b>	<b>42,58</b>	<b>188,60</b>	<b>1514,50</b>	<b>314,07</b>	<b>212,20</b>	<b>771,80</b>	<b>12,12</b>	<b>1,31</b>	с-витамины	<b>0,63</b>	<b>6,83</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>36,01</b>	<b>48,27</b>	<b>263,40</b>	<b>2116,90</b>	<b>446,07</b>	<b>277,80</b>	<b>982,70</b>	<b>15,32</b>	<b>1,95</b>	с-витамины	<b>0,93</b>	<b>9,18</b>
<b>7 день</b>												
<b>Завтрак</b>												
каша рисовая молочная	200	6,14	4,34	28,82	194,42	48,00	34,00	212,00	1,76	0,33	0,00	2,70
Хлеб пшеничный	25	1,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	1,15

сыр	30	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
чай	200	0,00	0,00	12,00	48,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>11,64</b>	<b>7,24</b>	<b>92,22</b>	<b>504,02</b>	<b>180</b>	<b>86</b>	<b>373</b>	<b>4,08</b>	<b>0,49</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,24</b>	<b>5</b>
<b>Обед</b>													
Суп картоф с гречневой крупой	250	11,00	11,00	26,70	261,70	32,20	32,00	161,00	2,35	0,13	2,20	0,00	1,00
Картофельное пюре	200	3,00	4,68	35,30	195,50	54,00	30,00	112,00	1,40	0,20	7,40	0,12	0,20
Котлета мясная	100	12,50	14,00	13,20	228,80	28,00	4,90	146,00	0,50	0,23	0,08	0,00	1,80
овощи консерв	30	1,10	0,20	2,40	21,40	10,00	11,00	24,00	0,40	1,00	12,70	0,25	0,50
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>31,35</b>	<b>31,33</b>	<b>118,30</b>	<b>898,20</b>	<b>196,20</b>	<b>106,90</b>	<b>527,50</b>	<b>6,21</b>	<b>1,64</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,47</b>	<b>4,65</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,99</b>	<b>38,57</b>	<b>210,52</b>	<b>1402,22</b>	<b>376,20</b>	<b>192,90</b>	<b>900,50</b>	<b>10,29</b>	<b>2,13</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,71</b>	<b>9,65</b>

**8 день**

<b>Завтрак</b>													
макаронь отварные	150	14,43	17,02	3,26	207,75	26,40	21,70	0,74	2,40	0,05	0,00	0,00	3,10
печень по-строгановски	80	11,70	15,00	19,60	245,50	19,90	35,00	24,00	0,70	0,12	6,60	0,13	0,60
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>21,20</b>	<b>20,04</b>	<b>86,3</b>	<b>577,16</b>	<b>118,3</b>	<b>85,7</b>	<b>109,24</b>	<b>4,66</b>	<b>0,25</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,23</b>	<b>4,85</b>

**Обед**

суп гороховый	250	7,91	2,61	31,70	211,60	42,00	40,60	231,00	1,35	0,22	9,40	0,00	1,00
рис отварной	200	6,14	4,34	35,00	242,30	48,00	34,00	212,00	1,76	0,33	0,00	0,36	2,70
гуляш из мяса птицы	100	3,95	2,35	4,80	20,30	31,00	21,00	25,00	0,50	0,90	0,00	0,04	1,00
Хлеб пшеничный	50	1,10	0,20	2,40	21,40	10,00	11,00	24,00	0,40	1,00	12,70	0,25	0,50
чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>19,10</b>	<b>9,50</b>	<b>88,90</b>	<b>555,60</b>	<b>143,00</b>	<b>112,60</b>	<b>500,00</b>	<b>4,81</b>	<b>2,45</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,65</b>	<b>5,20</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>40,30</b>	<b>29,54</b>	<b>175,20</b>	<b>1132,76</b>	<b>261,30</b>	<b>198,30</b>	<b>609,24</b>	<b>9,47</b>	<b>2,70</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,88</b>	<b>10,05</b>

**9 день**

<b>Завтрак</b>													
гречка отварная	150	18,60	16,30	25,50	346,00	129,00	54,3	232,3	2,2	0,10	0,03	0,17	1,01
гуляш мясной	80	3,95	2,35	4,80	20,30	31,00	21,00	25,00	0,50	0,90	0,00	0,04	1,00
Овощи свежие	60	1,32	0,24	3,60	12,80	6,00	6,60	14,40	0,24	0,36	7,20	0,08	1,00
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>27,62</b>	<b>20,34</b>	<b>74,6</b>	<b>569,9</b>	<b>238</b>	<b>56,6</b>	<b>123,9</b>	<b>2,3</b>	<b>1,44</b>	<b>с-витамины</b>	<b>0,39</b>	<b>4,16</b>

**Обед**

Суп с рыбными консервами	250	10,90	6,10	16,10	218,30	24,60	25,00	164,00	1,10	0,12	8,25	0,00	0,75
Капуста тушеная	150	5,62	7,50	26,80	197,00	26,30	48,00	125,20	2,90	0,07	0,00	0,00	0,90
кондитерские изд. Без крема зав.изг.	30	1,32	0,24	3,60	12,80	31,00	21,00	25,00	0,50	0,90	0,00	0,04	1,00
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15

Чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>15,97</b>	<b>15,29</b>	<b>87,20</b>	<b>618,90</b>	<b>153,90</b>	<b>123,00</b>	<b>398,70</b>	<b>6,06</b>	<b>1,10</b>	с-витамин	<b>0,14</b>	<b>3,80</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>43,59</b>	<b>35,63</b>	<b>161,80</b>	<b>1188,80</b>	<b>391,90</b>	<b>179,60</b>	<b>522,60</b>	<b>8,36</b>	<b>2,54</b>	с-витамин	<b>0,53</b>	<b>7,96</b>
<b>10 день</b>													
<b>Завтрак</b>													
плов	150	7,40	9,90	27,55	188,30	35,00	64,00	167,00	3,90	0,09	0,00	0,00	1,20
овощи свежие	60	1,10	0,20	2,40	21,40	10,00	11,00	24,00	0,40	1,00	12,70	0,25	0,50
Хлеб пшеничный	25	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>12,25</b>	<b>11,55</b>	<b>70,65</b>	<b>400,50</b>	<b>117,00</b>	<b>104,00</b>	<b>275,50</b>	<b>5,86</b>	<b>1,17</b>	с-витамин	<b>0,35</b>	<b>2,85</b>
<b>Обед</b>													
свекольник	250	5,24	15,80	25,00	312,80	32,20	32,00	160,00	2,35	0,13	2,20	0,00	0,76
вареники с картофелем	150	17,70	19,10	53,60	442,40	84,00	18,90	0,68	2,20	0,05	0,00	0,02	2,80
сыр	30	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,80	60,00	23,00	76,50	0,76	0,08	0,00	0,10	1,15
чай	200	0,00	0,00	15,00	60,00	12,00	6,00	8,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>30,44</b>	<b>37,80</b>	<b>145,00</b>	<b>1076,80</b>	<b>248,20</b>	<b>102,90</b>	<b>321,68</b>	<b>6,87</b>	<b>0,34</b>	с-витамин	<b>0,22</b>	<b>5,86</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>50,68</b>	<b>67,25</b>	<b>227,20</b>	<b>1784,30</b>	<b>399,20</b>	<b>231,60</b>	<b>791,68</b>	<b>24,77</b>	<b>1,62</b>	с-витамин	<b>0,67</b>	<b>10,46</b>

Меню составлено по рецептуре используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборником рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных организациях под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна- М.:ДеЛи принт, 2011 год; сборника методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга под редакцией В.Т. Лапшиной, 2008 г.



