

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
" " \_\_\_\_\_ 2026 г.



## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

для организации горячего питания учащихся 1-4 классов (завтраки) и 1-4 классов льготных категорий обучающихся в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях на территории Сакского района Республики Крым

### ИСТОЧНИКИ РЕЦЕПТУР

1. Сборник рецептов, блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Сборник технических нормативов. Руководители разработки Могильный М.П., Тутельян В.А. 2012 год (Использованы базовые рецепты, адаптированные под ЧС)
2. Сборник рецептов, на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания. Сборник технических нормативов. Руководители разработки сборника Иванова В.Н, Могильный М.П., Шленская Т.В., 2013 год  
НОРМАТИВНАЯ ОСНОВА
1. СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
2. Предложения Межрегионального управления Роспотребнадзора по Республике Крым и г. Севастополю от 14.08.2026 № 82-00-02/04-8472-2026 п. 1.8 – исключение опасных блюд;
3. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ст. 11, 15, 51

(завтрак, обед)  
2026 год

**День: 1- понедельник. Неделя первая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|----------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                        |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 182    | Каша жидкая пшеничная "Артек" молочная | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00 | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром        | 50           | 5,80             | 8,30  | 14,80 | 172,00                         |
| БН     | Хлеб ржаной                            | 20           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 338    | Фрукты свежие                          | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00                          |
| 382    | Какао с молоком                        | 180          | 5,00             | 4,10  | 17,70 | 131,00                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>               | 550          | 20,78            | 25,04 | 87,78 | 681,80                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                  | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 102    | Суп картофельный с бобовыми   | 200          | 4,09             | 4,28  | 12,90 | 107,00                         |
| 204    | Макароны отварные с сыром     | 170          | 9,46             | 23,71 | 32,95 | 301,36                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 389    | Сок фруктовый                 | 200          | 1,00             | 0,00  | 20,20 | 84,80                          |
|        | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>         | 690          | 18,84            | 28,62 | 90,74 | 616,36                         |

**День: 2- вторник. Неделя первая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|--------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 71     | Овощи свежие                   | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72   | 10,26                          |
| 204    | Макаронны отварные с сыром     | 180          | 14,09            | 13,51 | 34,66  | 307,32                         |
| БН     | Кондитерские изделия           | 30           | 5,63             | 6,25  | 60,00  | 53,47                          |
| БН     | Хлеб пшеничный                 | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49  | 70,14                          |
| 389    | Сок фруктовый                  | 200          | 1,00             | 0,00  | 20,20  | 84,80                          |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>       | 500          | 23,63            | 20,15 | 131,07 | 525,99                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|------------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                          |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                             | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 103    | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200          | 2,15             | 2,27  | 13,96 | 94,60                          |
| 256    | Птица тушенная                           | 90           | 15,63            | 17,85 | 2,63  | 231,43                         |
| 303    | Каша гречневая вязкая                    | 150          | 4,73             | 5,17  | 21,20 | 150,35                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                           | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                              | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 348    | Компот из компотной смеси и яблок        | 200          | 0,66             | 9,00  | 32,04 | 132,80                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>                    | 760          | 27,46            | 34,92 | 94,52 | 732,38                         |

День: 3- среда. Неделя первая

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                   |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 399 ЧС | Блинчики с фруктовой начинкой п/ф | 130          | 4,55             | 6,63  | 48,88  | 273,00                         |
| 338    | Фрукты свежие                     | 110          | 4,00             | 4,00  | 9,80   | 47,00                          |
| БН     | Кондитерские изделия              | 50           | 3,38             | 3,75  | 36,00  | 192,50                         |
| 376    | Чай с сахаром и лимоном           | 215          | 0,05             | 0,02  | 10,72  | 51,04                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:                 | 505          | 11,98            | 14,40 | 105,40 | 563,54                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                   |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 71     | Овощи свежие                      | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72   | 10,26                          |
| 88     | Щи из свеж капусты с картофелем   | 200          | 1,55             | 4,71  | 4,88   | 82,10                          |
| 291    | Плов из курицы                    | 200          | 13,97            | 10,48 | 39,80  | 288,00                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49  | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                       | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48   | 42,80                          |
| 348    | Компот из компотной смеси и яблок | 200          | 0,66             | 9,00  | 32,04  | 132,80                         |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                    | 720          | 20,47            | 24,82 | 101,41 | 626,10                         |

**День: 4- четверг. Неделя первая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                 |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 182    | Каша жидкая молочная рисовая    | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00 | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром | 50           | 5,80             | 8,30  | 14,80 | 172,00                         |
| БН     | Кондитерские изделия            | 30           | 2,03             | 2,25  | 21,60 | 115,50                         |
| 338    | Фрукты свежие                   | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00                          |
|        | Чай с сахаром                   | 180          | 0,06             | 0,02  | 12,60 | 50,20                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:               | 560          | 16,49            | 22,97 | 95,80 | 673,70                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                  | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 96     | Рассольник ленинградский      | 200          | 1,75             | 4,82  | 9,76  | 96,3                           |
| 290    | Птица запеченная с соусом     | 90           | 9,75             | 7,96  | 2,13  | 119,02                         |
| 128    | Пюре картофельное             | 150          | 3,36             | 7,36  | 28    | 192                            |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,3   | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,8                           |
| 349    | Компот из сухофруктов         | 200          | 0,66             | 0,09  | 32,04 | 132,8                          |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                | 760          | 19,81            | 20,86 | 96,62 | 663,32                         |

**День: 5- пятница. Неделя первая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                 |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 182    | Каша жидкая молочная гречневая  | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00  | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром | 45           | 5,80             | 8,30  | 14,80  | 172,00                         |
| БН     | Кондитерские изделия            | 30           | 2,03             | 2,25  | 21,60  | 115,50                         |
| 338    | Фрукты свежие                   | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                          |
| 382    | Какао с молоком                 | 180          | 5,00             | 4,10  | 17,70  | 131,00                         |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:               | 555          | 21,43            | 27,05 | 100,90 | 754,50                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 45     | Салат из свежей капусты       | 60           | 0,80             | 1,90  | 3,80   | 36,00                          |
| 97     | Суп картофельный              | 200          | 1,88             | 2,26  | 13,50  | 91,20                          |
| 260    | Птица тушеная                 | 90           | 13,03            | 14,90 | 2,19   | 192,86                         |
| 303    | Каша вязкая пшеничная Артек   | 150          | 6,84             | 8,01  | 40,06  | 260,00                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49  | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48   | 42,80                          |
| 389    | Сок фруктовый                 | 200          | 1,00             | 0,00  | 20,20  | 84,80                          |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                | 760          | 27,30            | 27,61 | 102,72 | 777,80                         |

**День: 1- понедельник. Неделя вторая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                 |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 182    | Каша жидкая молочная манная     | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00 | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром | 50           | 5,80             | 8,30  | 14,80 | 172,00                         |
| БН     | Хлеб ржаной                     | 20           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 338    | Фрукты свежие                   | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00                          |
| 379    | Кофейный напиток с молоком      | 180          | 4,16             | 3,50  | 16,50 | 114,30                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>        | 550          | 19,94            | 24,44 | 86,58 | 665,10                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                   |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 45     | Салат из свежей капусты           | 60           | 0,80             | 1,90  | 3,80  | 36,00                          |
| 101    | Суп картофельный с крупой         | 200          | 1,58             | 2,17  | 9,80  | 68,60                          |
| 288    | Птица отварная                    | 60           | 14,08            | 15,52 | 0,32  | 196,80                         |
| 303    | Каша гречневая вязкая             | 150          | 5,68             | 6,21  | 25,45 | 180,42                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                    | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                       | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 348    | Компот из компотной смеси и яблок | 200          | 0,66             | 9,00  | 32,04 | 132,80                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>             | 730          | 26,55            | 35,34 | 94,38 | 727,56                         |

**День: 2- вторник. Неделя вторая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                  | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 210    | Омлет натуральный             | 90           | 8,36             | 10,90 | 1,58  | 174,00                         |
| 203    | Макароны отварные             | 150          | 5,64             | 6,00  | 31,47 | 202,24                         |
| 389    | Сок фруктовый                 | 200          | 1,00             | 0,00  | 20,20 | 84,80                          |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 20           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:             | 550          | 19,29            | 17,53 | 77,94 | 584,24                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                  | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 82     | Борщ с капустой и картофелем  | 200          | 1,58             | 4,69  | 8,91  | 93,30                          |
| 293    | Птица запеченная с соусом     | 90           | 9,75             | 7,96  | 2,13  | 119,02                         |
| 128    | Пюре картофельное             | 150          | 3,36             | 7,36  | 28,00 | 192,00                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 350    | Кисель из ягод и яблок        | 200          | 0,10             | 0,10  | 24,40 | 117,00                         |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                | 760          | 19,08            | 20,74 | 88,13 | 644,52                         |

День: 3- среда. Неделя вторая

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                   |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 399    | Блинчики с фруктовой начинкой п/ф | 130          | 4,55             | 6,63  | 48,88  | 273,00                         |
| 338    | Фрукты свежие                     | 110          | 0,44             | 0,44  | 10,78  | 51,70                          |
| БН     | Кондитерские изделия              | 50           | 3,38             | 3,75  | 36,00  | 192,50                         |
| 376    | Чай с сахаром и лимоном           | 215          | 0,05             | 0,02  | 10,72  | 51,04                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:                 | 505          | 8,42             | 10,84 | 106,38 | 568,24                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 45     | Салат из свежей капусты       | 60           | 0,80             | 1,90  | 3,80  | 36,00                          |
| 102    | Суп картофельный с бобовыми   | 200          | 4,09             | 4,28  | 12,90 | 107,00                         |
| 290    | Птица тушеная в соусе         | 90           | 13,03            | 14,90 | 2,19  | 192,86                         |
| 303    | Каша рисовая вязкая           | 150          | 3,70             | 7,70  | 26,00 | 188,00                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 389    | Сок фруктовый                 | 200          | 1,00             | 0,00  | 20,20 | 84,80                          |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                | 760          | 26,37            | 29,32 | 88,06 | 721,60                         |

**День: 4- четверг. Неделя вторая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                               |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                  | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 209    | Рагу из птицы                 | 210          | 14,06            | 38,89 | 18,24 | 260,40                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                | 30           | 2,37             | 0,30  | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                   | 20           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,80                          |
| 376    | Чай с сахаром                 | 180          | 0,06             | 0,02  | 12,60 | 50,20                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:             | 500          | 18,41            | 39,54 | 55,53 | 433,80                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                     |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                        | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 96     | Рассольник ленинградский            | 200          | 1,75             | 4,82  | 9,76  | 96,30                          |
| 209    | Яйцо вареное                        | 40           | 5,08             | 4,6   | 0,28  | 62,84                          |
| 204    | Макаронные изделия отварные с сыром | 165          | 14,48            | 13,88 | 35,62 | 315,83                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                      | 30           | 2,37             | 0,3   | 14,49 | 70,14                          |
| 349    | Компот из сухофруктов               | 200          | 0,66             | 0,09  | 32,04 | 132,8                          |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                      | 695          | 24,88            | 23,78 | 93,91 | 688,17                         |

**День: 5- пятница. Неделя вторая**

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                 |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 182    | Каша жидкая молочная гречневая  | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00  | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром | 45           | 5,80             | 8,30  | 14,80  | 172,00                         |
| БН     | Кондитерские изделия            | 30           | 2,03             | 2,25  | 21,60  | 115,50                         |
| 338    | Фрукты свежие                   | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                          |
| 382    | Какао с молоком                 | 180          | 5,00             | 4,10  | 17,70  | 131,00                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>        | 555          | 21,43            | 27,05 | 100,90 | 754,50                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи,наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|
|        |                                          |              | Б                | Ж     | У      |                                |
| 71     | Овощи свежие                             | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72   | 10,26                          |
| 103    | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200          | 2,15             | 2,27  | 13,96  | 94,60                          |
| 291    | Плов из курицы                           | 200          | 13,97            | 10,48 | 39,80  | 288,00                         |
| БН     | Хлеб пшеничный                           | 60           | 4,74             | 0,60  | 28,98  | 140,28                         |
| 348    | Компот из компотной смеси и яблок        | 200          | 0,66             | 9,00  | 32,04  | 132,80                         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>                    | 720          | 22,06            | 22,44 | 116,50 | 665,94                         |

**Директор ИП Высоцкая О.А.**

**О.А.Высоцкая**

