Федерация спортивного туризма России Федерация спортивного туризма Пензенской области

ОТЧЕТ

о прохождении велосипедного спортивного туристского маршрута 1 категории сложности по **Пензенской области** совершенном группой **велотуристов клуба велотуризма** «vELoTURISTA» в период с **03 июня по 09 июня 2023 года.**

Маршрутная книжка № 1вел/23 (МКК ГАУДО МФТСЦ) Руководитель группы Скубашевский Павел Анатольевич Адрес: г. Заречный, ул. Озёрская, д. 10, кв. 31, +7(967)701-97-76, E-mail: tk-zebra@mail.ru

Маршрутно-квалификационная комиссия (АЗДО МОТСИ) рассмотрела отчет и считает, что маршрут может быть зачтен участникам и
руководителю 1 категорией сложности.
Примечание:
Отчет использовать в библиотеке ИКК ГАЗДО ШФТЕЦ
Судья по виду ССЯК. Горин А. В. 1-вертя
Председатель МКК ГАЗРОЗИРУСУ Тория 1 Горин А.В.
Маршрутно- компссил 258-51-110200000

Заречный 2023 г.

Содержание

1.1. Проводящая организация	2
1.2. Выпускающая МКК	2
1.3. Общие справочные сведения о маршруте	
1.4. Регион проведения	
1.5. Нитка маршрута	3
1.6. Определяющие факторы маршрута	3
1.7. Обзорная карта региона (с указанием пройденного маршрута, мест ночевок).	
1.8. Высотный профиль маршрута.	
1.9. Препятствия маршрута, представленные по форме	
1.10. Список участников, их опыт, звание и обязанности	
1.11. Ссылка на реальный трек маршрута	
2. Характеристика района маршрута	
2.1. Общая полезная информация	6
2.2. Перечень наиболее интересных природных, исторических и др. объектов	
2.3. Варианты подъезда и отъезда	
2.4. Аварийные выходы с маршрута	
3. Общая характеристика пройденного маршрута	
3.1. Цели прохождения маршрута	8
3.2. Краткое описание маршрута	
3.3. Новизна (при наличии)	
3.4. Стратегия и тактика	
3.5. График движения заявленный	
3.6. График движения фактический, представленный по форме	
3.7. Сведения о погодных условиях на маршруте.	
3.8. Изменения маршрута и их причины.	
3.9. Несчастные случаи и случаи оказания медицинской помощи	
3.10.Изменение по фамильного или количественного состава участников	
3.11.Использование на маршруте автотранспорта, не оговоренного	
при заявке маршрута в МКК.	.10
4. Техническое описание.	•••
1 день 03.06.2023	11
2 день 04.06.2023	
3 день 05.06.2023	
4 день 06.06.2023	
5 день 07.06.2023	
6 день 08.06.2023	
7 день 09.06.2023	
5. Дополнительные сведения о маршруте.	55
5.1. Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте	58
5.2. Перечень запчастей и инструментов	
5.3. Перечень общественного снаряжения	
5.4. Состав хозяйственного набора	
 5.4. Состав хозинственного наобра 5.5. Раскладка по питанию и график закупок 	
5.6 Состав медицинской аптечки.	
2.0 COLUD MODIUMENON UNITE IKM	0.5

5.7. Стоимость проживания, питания, снаряжения, средств передвижения	64
 Итоги, выводы, рекомендации	64
6.1 Выводы и рекомендации Штурмана	64
6.2 Выводы и рекомендации завхоза по питанию	
6.3 Выводы и рекомендации завснара	65
6.4 Выводы и рекомендации завхоза (финансиста)	
6.5 Выводы и рекомендации медика	65
6.6 Выводы и рекомендации механика	
7. Оценка сложности велосипедного маршрута	
7.1 Интенсивность прохождения маршрута	
7.2. Автономность маршрута	
7.3 Показатель сложности маршрута	
7.4 Категорирование маршрута	
Приложение	
г Маршрутная книжка	70

1.1 Проводящая организация

Клуб велотуризма "vELoTURISTA"

442960, г. Заречный, ул. Конституции СССР, 37/2

e-mail: velotur58@gmail.com

сайт: http://elturist.ru/

группа в ВК https://vk.com/velotur58

1.2 Выпускающая МКК

Группа была допущена к маршруту маршрутно-квалификационной комиссией: МКК ГАУДО МФТСЦ. Россия, Пенза, ул. Герцена, 5. e-mail sgorin86@gmail.com, маршрутно-квалификационная комиссия 258-51-110200000
Номер маршрутной книжки: 1вел/23

1.3 Общие справочные сведения о маршруте

Вид	Категория	Протяженност	Продолжительност		Сроки
маршрута	сложност	Ь	Ь		проведени
(вид туризма)	И	активной	активной части,		Я
	маршрута	части,	Д	ней	
		КМ	Всего	Ходовых	
				дней	
Велосипедны	Первая	399,4	7	7	c
й					03.06.2023
					ПО
					09.06.2023

1.4 Регион проведения

Страна: РФ

Район: Пензенская область

Часовой пояс по стандарту UTC: 3

1.5 Нитка маршрута

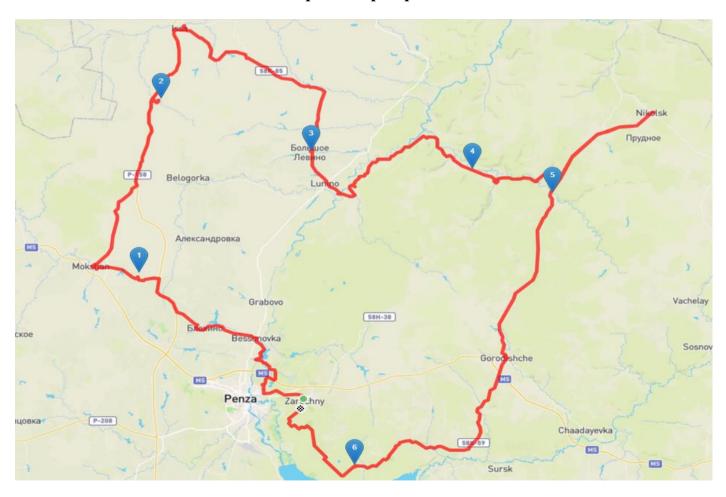
Заречный — Пенза - Десятая Артель — Бессоновка — Блохино — Воронье - Мокшан — Уварово — Исса - Старая Степановка - Большое Левино — Лунино — Иванырс — Мичкас - Нижний Шкафт - Казарка — Никольск — Песчанка — Городище - Мордовский Ишим — Канаевка — Шнаево - Золотарёвка - Заречный

1.6 Определяющие факторы маршрута

Общий пробег по различным типам дорог, км

Дороги	Дороги	Дороги	Дороги	Дороги	Радиальные/неавтономные	
высокого	хорошего	среднего	низкого	сверхнизкого	участки v	ЛΠ
качества	качества	качества	качества	качества	у частки	
115.6	228.8	21	34	0	0	0

1.7 Обзорная карта региона



1.8 Высотный профиль маршрута



1.9 Препятствия маршрута

№ n/n	Наименование (№ паспорта)	К.т.	Характеристика	Формальный признак	Принадлежность к маршруту
1.	равнинное Заречный (№7582)	1	Асфальт/бетон L = 56.3 км, Hmax = 274 м, HB = 309 м, CB = 278 м	фактический	принадлежит
2.	<u>равнинное</u> Воронье (№7623)	1	Асфальт/бетон L = 46.4 км, Hmax = 267 м, HB = 432 м, CB = 449 м	фактический	принадлежит
3.	равнинное Уварово (№7624)	1	Асфальт/бетон L = 62.6 км, Hmax = 271 м, HB = 461 м, CB = 444 м	фактический	принадлежит
4.	равнинное Нижний Шкафт (№7625)	1	Асфальт/бетон L = 66.1 км, Hmax = 302 м, HB = 697 м, CB = 634 м	фактический	принадлежит
5.	<u>равнинное</u> <u>Тюнярь (№7627)</u>	1	Асфальт/бетон L = 62.6 км, Hmax = 291 м, HB = 687 м, CB = 690 м	фактический	принадлежит
6.	равнинное Канаевка (№7628)	1	Асфальт/бетон L = 45.1 км, Hmax = 273 м,	фактический	принадлежит

HB = 487 M,	
CB = 451 M	

1.10 Список участников

Nº	Фамилия Имя Отчество	Дата рожд.	Пол	Тур. опыт	Обязанности
	Скубашевский Павел Анатольевич	07.11.1976	M	2У УТП Ульяновск- Самара, 1Р "Рачейские Альпы"	Руководитель, штурман, хронометрист, медик
	Скубашевская Елена Олеговна	27.03.1990	Ж	1Р "Рачейские Альпы- 2"	Зам. руководителя, завснар
3	Нагорнов Никита Александрович	19.04.2008	M	1У "Рачейские Альпы"	Механик
	Ступников Иван Дмитриевич	17.03.2009	M	Велопоход по ПО 3 с.с.	Завхоз
5	Еремеев Владимир Иванович	29.01.2011	M	Велопоход по ПО 3 с.с.	Эколог
6	Макарев Алексей Юрьевич	11.11.2011	M	Велопоход по ПО 3 с.с.	Метеоролог
7	Девяткин Артём Игоревич	13.05.2011	M	Велопоход по ПО 3 c.c.	Фотограф
8	Шероухова Варвара Александровна	19.08.2012	Ж	Велопоход по ПО 3 c.c.	Культотрг

1.11 Трек маршрута

№ n/n	Наименование	Длина, км	Планируемый/фактический
1.	Трек велопохода Север ПО -2023	399.4	фактический

2. Характеристика района

2.1 Общая полезная информация

Пензенская область в современных границах образована 4 февраля 1939 года. Она расположена на Восточно-Европейской (Русской) равнине и занимает среднюю и западную часть Приволжской возвышенности, входит в состав Приволжского федерального округа.

Административный центр области-город Пенза. На маршруте крупные населённые пункты: Заречный, Пенза, Бессоновка, Мокшан, Исса, Лунино, Никольск, Городище.

Климат- умеренно-континентальный. Пензенская область лежит в умеренном географическом поясе, на стыке лесной, лесостепной и степной природных зон. **Рельеф поверхности-**равнинный, слегка всхолмленный. Крайний запад области принадлежит восточной окраине Окско-Донской равнины.

Гидрография - В области насчитывается свыше 3000 рек и ручьёв общей протяжённостью 15 458 км. Наиболее крупные из рек Сура, Мокша — относятся к бессточному бассейну Каспийского моря (река Волга); Хопёр, Ворона (водосборный бассейн реки Дон). Река Пенза, приток Суры, дала название областному центру.

Население области- 1489,7 тыс. человек; в его составе - представители почти 80 народов и народностей (преобладает- русские, мордва татары). Сельское население составляет 35,7%

2.2 Перечень наиболее интересных природных, исторических и прочих объектов

Никольский музей стекла и хрусталя — является старейшим в России. Знакомит посетителей с хрупкими экспонатами мастеров и художников, историей древнего стекольного мастерства.

Музей, расположенный в городе Никольске до сентября 2005 года, являлся неотъемлемой частью завода Красный Гигант, одного из старейших стекольных предприятий России.

В 1789 году владелец села и завода А. И. Бахметев создал специальную кладовую при фабрике, в которую стали откладывать лучшие образцы бахметевской посуды. В 1914 году она упоминается во всех документах как музей. Три поколения Бахметевых и князь Александр Дмитриевич Оболенский собирали образцы изделий своего завода, а также иностранного стекла (богемского, французского,

английского, польского).

После национализации и переименования завода в «Красный гигант» в 1923 году музейная коллекция пополнялась стараниями директоров завода. В последние годы музей пополняли за счёт дарственных работ от частных лиц и работ художников по стеклу по

окончании симпозиумов, которые проводятся в Никольске с 2006 года.

На протяжении всего времени активно пополнялась заводская коллекция. С 1964

года она стала общедоступной, продолжая оставаться структурной единицей завода Красный Гигант находясь полностью на его содержании.

Особенностью музейного собрания этого периода стали работы профессиональных художников.

Музей стекла и хрусталя один из самых посещаемых в Пензенской области.

Сегодня в его коллекции около 14 000 экспонатов, является одним из самых крупнейших собраний стекла в России.

Специально для музея завод Красный Гигант в 1990 году построил отдельное двухэтажное здание.

1 сентября 2005 года музей Стекла и Хрусталя в городе Никольске стал филиалом Пензенской областной картинной галереей имени К. А. Савицкого Собрание Никольского музея стекла и хрусталя — одно из уникальных и крупнейших в стране, оно признаётся искусствоведами как лучшая коллекция стекла в России.

Материалы взяты с сайтов https://ru.wikipedia.org/wiki/Музей стекла и хрусталя

2.3 Варианты подъезда и отъезда

Все участники похода проживают в Заречном и Пензе, на старт похода прибыли своим ходом на велосипедах.

2.4 Аварийные выходы с маршрута

На маршруте в населенных пунктах есть сотовая связь, вызов такси и эвакуация в Пензу не проблематично. Со всеми районными центрами есть автобусное сообщение с областным центром. Из Канаевки ходят электропоезда до Пензы 2 раза в сутки.

3. Общая характеристика пройденного маршрута

3.1 Цели прохождения маршрута

Пройти спортивный велосипедный маршрут 1 к. с. по Пензенской области, участникам получить опыт в спортивном категорийном походе и подготовиться к более сложным походам. Посетить 6 районных центров севера Пензенской области и "Музей стекла и хрусталя" в г. Никольске.

3.2 Краткое описание маршрута

Различный рельеф и интересные места делают Пензенскую область подходящим районом для проведения велосипедных походов 1-2 к. с. Данный регион хорошо изучен, это позволяет на основании уже имеющейся информации строить маршруты с хорошо предсказуемым уровнем сложности.

3.3 Новизна

Данный район похода слабо освоен для велопоходов. Отчетов, о ранее пройденных маршрутов по Пензенской области, всего один (2018, под руководством Березникова А. А.). Вся дополнительная информация бралась из интернета. И несмотря на то, что велосипедисты ПО достаточно много путешествуют по области, но в основном это автомобильные дороги, категорирование ПП не произведено и, по сути, этот маршрут похода является первопроходом.

3.4 Стратегия и тактика

За 2 месяца до совершения похода началась разработка маршрута и стратегического плана похода:

- определён трансфер участников до активной части маршрута и обратно с запасными вариантами;
- учли возможное нахождение группы в пожароопасных районах;
- проработали запасные варианты трансфера для подстраховки;
- выбрали линейный вид маршрута с запасными вариантами, без уменьшения категории сложности, на случай если грунты станут не проезжаемыми после дождей;
- подготовили снаряжение на поход с учётом параметров техники, ремнабора, ходовых и весовых норм с учетом коэффициентов (м=1, ж=0.7);
- личное и общественное снаряжение рассчитывалось на различные способы приготовления пищи;
- собрана актуальная аптечка;
- раскладка была приобретена перед походом, расфасована и распределена между участниками;
- были оформлены страховки и проведена регистрация в МЧС и МКК; За месяц до похода проведена работа для получения участниками необходимого опыта:
- Скатки;

- Тренировка преодоления ЛП;
- Проверка снаряжения;
- Репетиция питания по раскладке;
- Психологическая «притирка» участников;

Все велосипеды прошли ТО, и были готовы к походу.

Всё это позволило пройти маршрут всей группой тактически правильно, даже с учётом форс-мажорных обстоятельств связанных с поломками велосипедов.

3.5. График движения заявленный

№	Дата	аявленный график				
1	03.06.2023	Заречный - Бессоновка - Воронье (МН 1)	50	вело		
2	04.06.2023	Воронье (МН 1) - Мокшан - Уварово (МН 2)	50	Вело		
3	05.06.2023	Уварово (MH 2) - Исса - р. Кутля (MH 3)	65	Вело		
4	06.06.2023	р. Кутля (МН 3) - Лунино - Н. Шкафт (МН 4)	50	Вело		
5	07.06.2023	Н. Шкафт (МН 4) - Никольск - Ребровка (МН 5)	50	Вело		
6	08.06.2023	Ребровка (МН 5) - Юлово (МН 6)	50	Вело		
7	09.06.2023	Юлово (МН 6) - Городище - Заречный	50	Вело		

3.6 График движения фактический

No	Дата	Фактический график	актический график						
1	03.06.2023	Заречный - Бессоновка - Воронье (МН 1)	речный - Бессоновка - Воронье (МН 1) 58,1						
2	04.06.2023	Воронье (МН 1) - Мокшан - Уварово (МН 2)	49	Вело					
3	05.06.2023	Уварово (МН 2) - Исса - р. Кутля (МН 3)	65,3	Вело					
4	06.06.2023	р. Кутля (МН 3) - Лунино - Н. Шкафт (МН 4)	49,2	Вело					
5	07.06.2023	Н. Шкафт (МН 4) - Никольск - р. Айва (МН 5)	68,4	Вело					
6	08.06.2023	р. Айва (МН 5) - Городище - Золотарёвка (МН6)	83,7	Вело					
7	09.06.2023	Золотарёвка (МН6)- Пенза - Заречный	25,3	Вело					

3.7 Сведения о погодных условиях на маршруте

Время	Метеоданные		
03.06.2023 - ден	ь 1		
10:27:24	Солнечно, штиль, T=+25°C		
14:48:24	Солнечно, T=+32°C		
18:06:00	Солнечно, T=+22°C		
20:21:00	Ветер, гроза, Т=+16°С		
04.06.2023 - день 2			
11:22:30	Переменная облачность. T=+20°C		

13:57:00	Солнечно. T=+27°C
19:38:00	Солнечно. T=+16°C
22:16:00	Заморозки, T=+4°C
05.06.2023 - день 3	
10:26:00	Солнечно. T=+20°C
12:00:00	Солнечно. T=+25°C
20:15:00	Ясно. T=+18°C
06.06.2023 - день 4	
09:17:38	Ясно. T=+20°С
07.06.2023 - день 5	
09:45:00	Солнечно, T=+22°C
08.06.2023 - день 6	
10:02:00	Переменная облачность. T=+21°C
13:57:00	Грозы. T=+27°C
20:48:00	Переменная облачность. T=+20°C
09.06.2023 - день 7	
09:35:00	Солнечно, T=+22°C

3.8 Изменения маршрута и их причины

Маршрут пройден практически без изменений.

Изменения коснулись графика движения по дням. Это было вызвано следующими ситуациями:

- 1. Перенос МН 5 на 22 км дальше по маршруту к р. Айва, перед с. Тюнярь в связи с тем, что погода стала портиться и нам грозило провести завершающие дни похода постоянно попадая в грозы.
- 2. Перенос МН5 привёл к смещению МН6, но позволило нам, не изменяя графика движения завершить поход раньше по времени и не попасть в дождливую погоду.

3.9 Несчастные случаи, оказание медицинской помощи

Несчастные случаи и случаи оказания серьезной медицинской помощи на маршруте отсутствовали.

3.10 Изменение состава участников

Изменений в составе не было.

3.11 Использование транспорта, не оговоренного при заявке маршрута в МКК

Транспорт, не оговоренный в МКК на маршруте, не использовался.

4. Техническое описание прохождения маршрута

03.06.2023 - день 1

10:27:24 0 км (0 км)

Группа из зареченских туристов стартовала от ДТДМ г. Заречный, на встречу с пензенской частью состава.

Начало ПП 1

11:40:24 10.4 км (10.4 км)

Встреча в Пензе, выезд задержался, один из участников сел не на тот автобус, опоздал.

Фото 1.1



11:52:00 11.9 км (11.9 км)

На окраине мкр. Согласие асфальтовое покрытие сменилось на грунтовое сухое хорошего качества через выезжаем к М5 Фото 1.2



11:59:00 12.3 км (12.3 км)

После дождей ручей вышел из берегов, велосипеды пришлось проводить в брод Фото



12:14:00 13.8 км (13.8 км)

Пересекаем трассу М5 по пешеходному переходу в направлении п. Победа <u>Фото 1.4</u>

12:24:00 15 км (15 км)

Поворот налево на песчаную укатанную дорогу в направлении Новой Жизни Фото 1.5



12:42:00 16.2 км (16.2 км) Поворот налево в сторону Десятой артели Фото 1.6, Фото 1.7



13:12:00 20.4 км (20.4 км)

Переправа через р. Сура в Десятой Артели по навесному мосту Фото 1.8, Фото 1.9



13:42:00 24 км (24 км)

Поворот налево в сторону Бессоновки Фото 1.10, направо мост через р. Сура



14:04:24 27 км (27 км)

В центре Бессоновки у магазина набрали питьевой воды <u>Фото 1.11</u> (53° 18' 35.34" N ,



14:30:00 27.4 км (27.4 км)

Фотография на память о посещении первого районного центра на нашем маршруте у памятника трудовой и боевой славы Φ ото 1.12



14:48:24 30.3 км (30.3 км)

Выезд из Бессоновки Фото 1.13

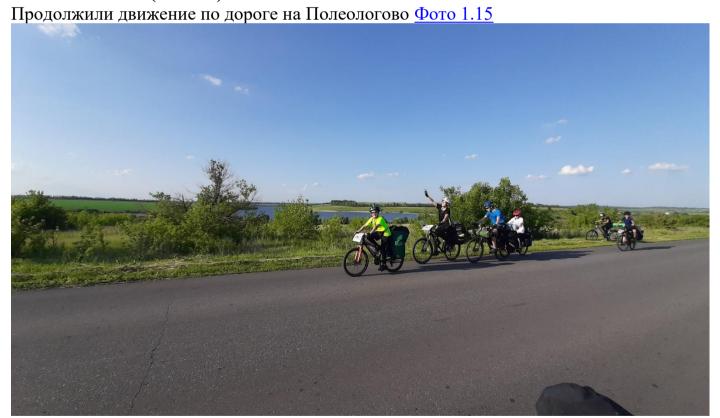


15:43:24 31.6 км (31.6 км)

Встали на обед за Бессоновкой, за одно переждали жару Фото 1.14



17:44:00 36.3 км (36.3 км)



18:06:00 39.9 км (39.9 км)

Проезжаем по плотине в с. Блохино Фото 1.16



18:25:00 42.5 км (42.5 км) За Блохино выехали на хорошую полевую дорогу и направились в сторону трассы Пенза - Саранск Φ ото 1.17



19:35:00~53.3~ км (53.3~ км) В районе Анновских дач пересекли трассу и направились по грунтовой дороге в направлении с. Воронье Φ ото 1.18



20:00:00 56.8 км (56.8 км) В центре с. Воронье зарастающий пруд <u>Фото 1.19</u> Конец <u>ПП 1</u>

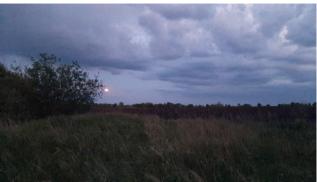


20:21:00 58.1 км (58.1 км)

Мы на МН 1, хотели встать на берегу пруда за с. Воронье, но пруд частный, нас не пустили, хорошо что мы пополнили запасы питьевой воды, встали недалеко от пруда.

в 22:00 пошёл дождь, но мы успели поужинать и поставить палатки $\underline{\Phi}$ ото 1.20, $\underline{\Phi}$ ото





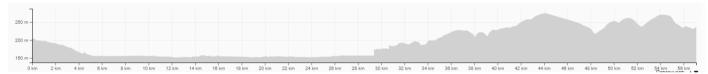
Трек первого дня:

http://velotrex.ru/trailview.php?id=2725

Координаты МН1: N53.417877, E44.726534

Высота точки: 211 м

Пройдено за день: 58.1 км НВ: 1167 м, СВ: 1154 м ОХВ: 11 ч. 26 мин. 6 сек. ЧХВ: 5 ч. 13 мин. 45 сек.



Высотный график

Мокshan

Заречная

Рамзай

Вазером

Вазером

Вазером

СТГУДОК

ПОСЕЛОК

ЗИРУДНЫЯ

ПОСЕЛОК

Репла

Вазером

Красная Новь

Репла

Вазером

Тернинский

Вазером

Тернинский

Тернинский

Репла

Тернинский

Обзорная карта маршрута первого дня

10:57:30 0 км (58.1 км)

Начало ходового дня

11:00:30 0 км (58.2 км)

Поломка - Артём погнул задний переключатель, выезжая с места ночёвки попал в колею и погнул о стенку колеи. Φ ото 2.1

Начало ПП 2



11:31:30 0 км (58.2 км) На ремонт потратили почти 30 минут. Продолжили движение по полевой дороге в сторону Мокшана Φ ото 2.2



11:44:00 3 км (61 км)

Проехали мимо пруда "Щучий", пруд тоже частный фото 2.3, фото 2.4



12:05:00 6 км (63 км)

Пересекаем дорогу в объезд р.п. Мокшан Фото 2.5



12:18:00 7,6 км (64,4 км) Въехали в р.п. Мокшан <u>Фото 2.6</u>



12:37:00 9,6 км (66,3 км)

Фото на память в центре р.п. Мокшан у сторожевой башни Фото 2.7



12:53:00 9,6 км (66,3 км)

В магазине (53° 26' 20.52" N , 44° 36' 25.62" E, режим работы с 8:00 до 20:00) пополнили запасы питьевой воды и купили для перекуса пироги местного производства. После перекуса продолжили движение. Φ 2.8



13:57:00 15 км (72 км)

Двигаемся по хорошей асфальтированной дороге с низким автомобильным трафиком.



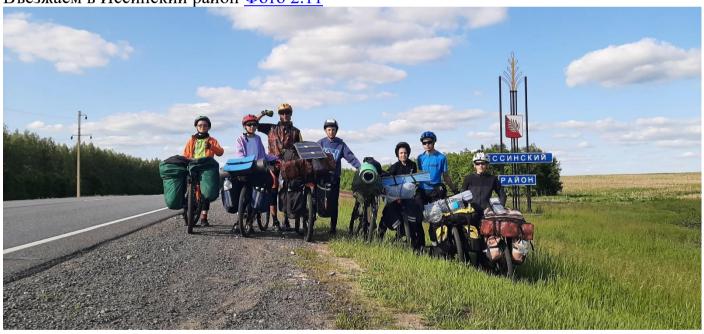
15:25:00 29 км (85, 8 км)

Добираемся до дороги Н. Новгород - Саратов, поворачиваем налево Фото 2.10



16:41:00 37 км (93 км)





17:52:00 46,7 км (104 км)

Перед с. Уварово поворачиваем направо вдоль берега р. Сухой Широкоис и ищем МН2 <u>Фото 2.12</u>



18:10:00 48 км (106 км)



18:15:00 49 км (107 км) Палатки поставили на ровной площадке, рядок хороший спуск к реке, есть дрова Φ ото 2.14



22:16:00 49 км (107.1 км)

Ночью температура опустилась до +4. Но на наш отдых это не сильно повлияло, мы были готовы Φ ото 2.15

Конец ПП 2



Трек второго дня:

http://velotrex.ru/trails/1700529614_655c05ce981e4.xml

Конец ходового дня

Координаты MH2: N53.737234, E44.785449

Высота точки: 188 м Пройдено за день: 49 км НВ: 826 м, СВ: 849 м ОХВ: 12 ч. 12 мин. 36 сек. ЧХВ: 4 ч. 49 мин. 26 сек.



Высотный график

Мордовская
Паевка

Полуповка

Semenivka
Ryskino

Веlogorka

Назарыевка

Велинана

Мокара

Обзорная карта маршрута второго дня

05.06.2023 - день 3

10:05:23 0 км (107.2км)

Начало ходового дня. Ночь прошла хорошо, никто не замёрз.

10:26:00 2.9 км (110 км)

Выйдя на асфальт продолжили движение в сторону р.п. Исса, проехали Уварово Φ ото <u>3.1</u>

Начало ПП 3



12:00:00 10 км (117,2 км)

Раскрутилось крепление на багажнике велосипеда Артёма. Успели исправить, поломки удалось избежать Φ ото 3.2



12:14:00 17, 5 км (123 км)

Добрались до поворота направо на Иссу Фото 3.3



12:36:00 20 км (127.6 км)

Фото на память о посещении третьего районного центра на нашем маршруте - Исса Фото 3.4, Фото 3.5





13:50:00 23 км (130,2 км)

После перекуса и пополнения запасов питьевой воды мы продолжили движение в сторону р.п. Лунино. По дороге на Дмитриевку покинули Иссу Φ ото 3.6



14:36:00 30 км (137,2 км)

Перед Дмитриевкой повернули налево Фото 3.7



15:11:00 33 км (140,2 км)

За Дмитриевкой на берегу пруда приготовили обед и продолжили движение дальше Фото 3.8



17:48:00 37 км (144 км)

Пересекли железную дорогу и повернули направо Фото 3.9



18:30:00 48 км (155 км)



18:55:00 52,5 км (159,7 км) Повернули направо к Большому Левино <u>Фото 3.11</u>



20:15:00 65.3 км (172.4 км) Прибыли на МН3, перед с. Большое Левино на берегу р. Кутля <u>Фото 3.12</u> Конец <u>ПП 3</u>



Трек третьего дня: http://velotrex.ru/trailview.php?id=2727

Координаты МН3: N53.645256, E45.185814

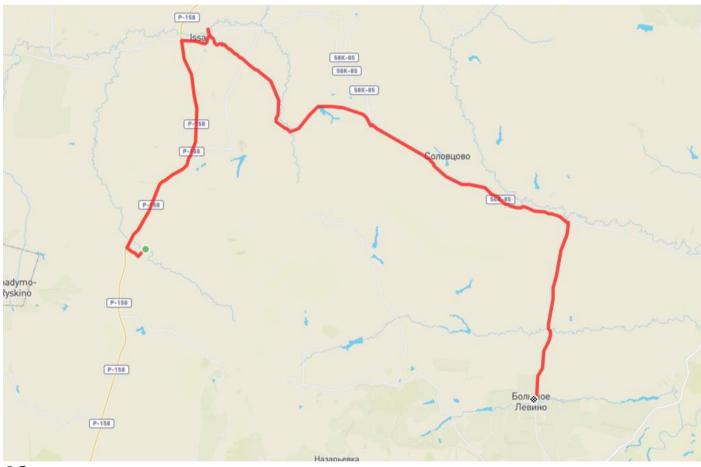
Высота точки: 189 м

Пройдено за день: 65.3 км

HB: 535 м, CB: 534 м OXB: 10 ч. 13 мин. 50 сек. ЧХВ: 5 ч. 13 мин. 2 сек.



Высотный профиль



Обзорная карта третьего дня.

06.06.2023 - день 4

09:04:38 0 км (172.5 км)

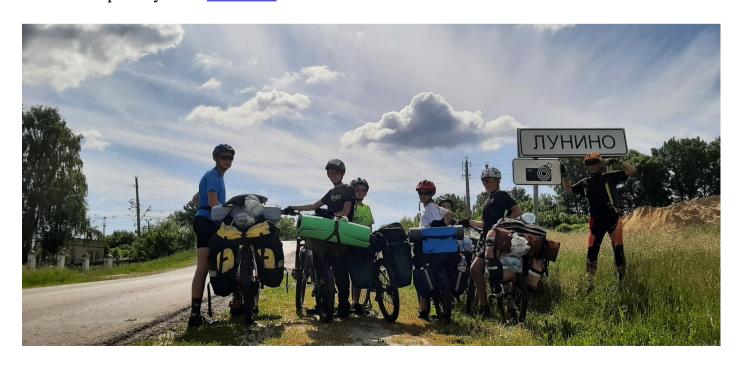
Начало ходового дня

09:17:38 1.8 км (174.3 км)

Движемся по дороге с хорошим асфальтированным покрытием в сторону Лунино Фото 4.1



09:43:00 5,5 км (178 км) Въехали в р.п. Лунино <u>Фото 4.2</u>



10:00:00 6,5 км (179 км)

Фотография на память о посещении четвёртого районного центра на нашем маршруте - Лунино Φ ото 4.3, Φ ото 4.4



11:00:00 6,5 км (179 км)

Пополнили запасы питьевой воды в магазине рядом с мемориальным комплексом (53° 35' 45.15" N , 45° 13' 18.19" E), перекусили булочной продукцией местного производства Φ ото 4.5



12:00:00 7,5 км (180 км)

После перекуса продолжили движения в сторону Никольска, по дороге на Иванырс выехали из Лунино Φ ото 4.6





12:45:00 14, 4 км (186,9 км)

Выезжаем из Иванырсы, конец асфальта Фото 4.8



13:20:00 17 км (189,5 км)

Вдоль реки проехать не получилось, территория стала частной и нас не пустили, едем по параллельно проложенной на плохого качества <u>Фото 4.9</u>



13:50:00 19 км (191,5 км)

Дорога идёт через дубраву, но становится всё хуже из укатанной песчаной переходит в заросшую и разбитую Φ ото 4.10



14:16:00 21,1 км (193,6 км)

Дорога идёт через поле, укатанная, в сухую погоду проезжаемая Фото 4.11

15:06:00 25,5 км (196 км)

Дорога стала заросшей Фото 4.12



15:45:00 28 км (198,5 км)



15:54:00 29,1 км (199,6 км) Вышли на бетонную плотину, здесь решили пообедать <u>Фото 4.14, Фото 4.15</u>



18:25:00 29,1 км (199,6 км)

После обеда продолжили движение, дорога, заросшая травой, но проезжаемая. $\underline{\Phi$ ото $\underline{4.16}$



19:52:00 35 км (205 км)

Выехали к с. Исаевка Фото 4.17



 $20{:}45{:}00$ 49.2 км (221.7 км) Между с. Аришка и с. Н. Шкафт повернули к р. Айве, около ручья Шкафт встали на МН4 Φ ото 4.18



Трек четвёртого дня:

http://velotrex.ru/trailview.php?id=2728

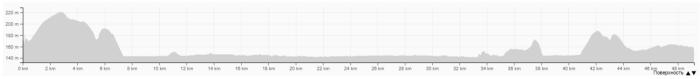
Координаты МН4: N53.61375, E45.610687

Высота точки: 155 м

Пройдено за день: 49.2 км

HB: 315 м, CB: 350 м

OXB: 11 ч. 14 мин. 19 сек. ЧХВ: 4 ч. 12 мин. 30 сек.



Высотный профиль



Обзорная карта четвёртого дня

07.06.2023 - день 5

09:45:00 0 км (221.7 км)

Сегодня вышли на маршрут раньше, хотели бы иметь запас времени на экскурсию в "Музей стекла и хрусталя" в г. Никольске Φ ото 5.1

Начало ПП 4



10:06:00 3 км (224,7 км)

На протяжении всей дороги к селу, вдоль обочины установлены ограждения «электронного пастуха». Что практически не позволяет в случае необходимости приблизиться к лесу. В сторону реки такого нет. Въехали в с. Н. Шкафт Фото 5.2.



10:48:00 10 км (231.7 км)

Дорога после Н. Шкафта идёт вдоль склона холма и берега р. Айва, живописный участок пути, рядом с дорогой встречаются обустроенные родники <u>Фото 5.3</u>



11:12:00 13 км (234,7 км)

На развилке дороги уходим налево, в направлении Казарки. В село въезжаем по деревянному мосту через р. Айва Фото 5.4, Фото 5.5



11:33:00 17 км (238 км)

После с. Казарка начинается подъём к дороге Никольск-Городище <u>Фото 5.6</u>. Надвигающиеся грозы, духота, повышенная влажность не позволяют двигаться в высоком темпе.



11:52:00 18 км (240 км) Вышли к дороге Никольск-Городище и повернули налево <u>Фото 5.7</u>



13:34:00 40 км (261,5 км)

Не смотря на встречный ветер, после вчерашней борьбы с бездорожьем группа катила легко и уже через полтора часа мы въехали в г. Никольск Φ ото 5.8



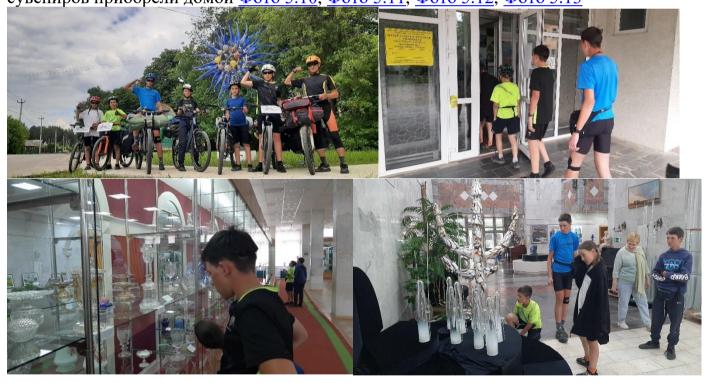
13:52:00 43 км (264,5 км)

Фото на память в пятом районном центре нашего маршрута - г. Никольск. Фото 5.9



14:00:00 44 км (265,5 км)

Посетили "Музей стекла и хрусталя" в г. Никольск, большая экспозиция, все ещё и сувениров приобрели домой <u>Фото 5.10</u>, <u>Фото 5.11</u>, <u>Фото 5.12</u>, <u>Фото 5.13</u>



18:46:00 55 км (266 км)

После посещения музея и перекуса выехали из Никольска и решили сместить МН5 ближе к финишу маршрута, накат по дороге сегодня был хорош и группа двигается достаточно быстро $\frac{\Phi$ ото 5.14



19:19:00 68,4 км (290,1 км)

Достигнув моста через р. Айву перед с. Тюнярь, спустились с левой стороны и встали на МН5 на берегу реки Φ ото 5.15, Φ ото 5.16





Трек пятого дня:

http://velotrex.ru/trailview.php?id=2729

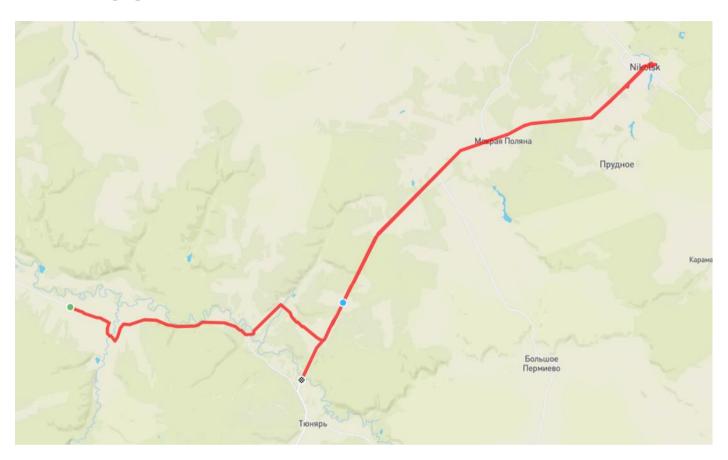
Координаты МН5: N53.571436, E45.820592

Высота точки: 149 м

Пройдено за день: 68.7 км НВ: 1060 м, СВ: 1066 м ОХВ: 12 ч. 16 мин. 00 сек. ЧХВ: 4 ч. 48 мин. 57 сек.



Высотный профиль



Обзорная карта пятого дня

08.06.2023 - день 6

10:01:03 0 км (290,4 км)

Начало ходового дня

10:02:00 0 км (290,4 км)

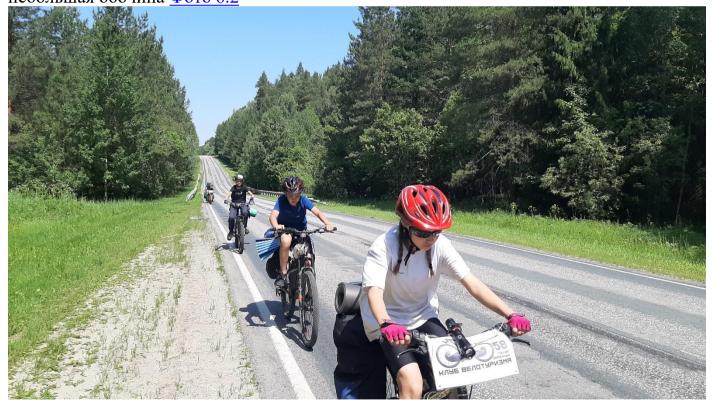
Вышли на дорогу Никольск - Городище и начали движение в сторону Городище $\underline{\Phi}$ ото $\underline{6.1}$

Начало <u>ПП 5</u>



11:29:00 15.5 км (305.9 км)

На дороге хорошего качества достаточно слабый трафик, единственный минус, это небольшая обочина Фото 6.2



13:28:00 34.8 км (325.2 км) Въехали в р. п. Городище <u>Фото 6.3</u>



13:49:00 37.2 км (327.6 км)

Фото на память о посещении шестого районного центра на маршруте нашего похода -



13:57:00 37.6 км (327.9 км)

Пополнили запасы питьевой воды в спортшколе р. п. Городище, после небольшого отдыха продолжили движение по маршруту, опять смещаем МН6, так как вокруг ходят грозы, погода портится и есть возможность избежать мокрой стоянки и раньше вернуться домой. Φ ото 6.5



16:56:00 43.5 км (333.9 км)

Пересекли M5 в направлении с. Канаевка и на опушке первого же на маршруте леса остановились на обед Фото 6.6, Фото 6.7



18:40:00 59.1 км (349.5 км)

Не задерживаясь в Мордовском Ишиме по дороге хорошего качества, достаточно быстро доехали до с. Канаевка Φ ото 6.8



19:09:00 64 км (354.4 км)

Из выезда из с. Канаевка началась дорога с покрытием из щебня, идёт ремонт дороги, нам не повезло, асфальт ещё не положили. <u>Фото 6.9</u>, <u>Фото 6.10</u>

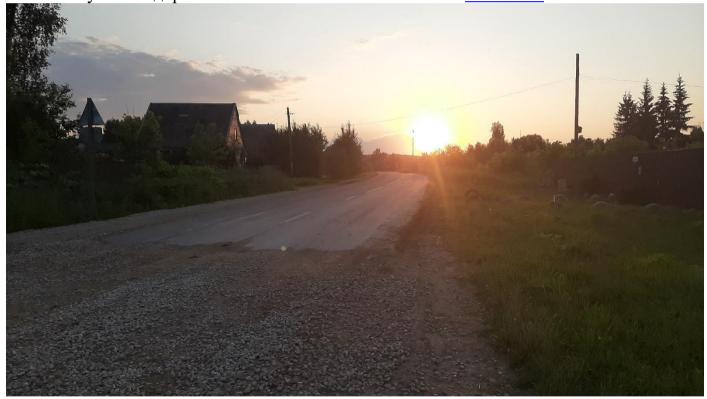
Конец ПП 5

Начало ПП 6



19:46:00 70.1 км (360.4 км)

Сложный участок дороги закончился в с. Новые Забалки Фото 6.11



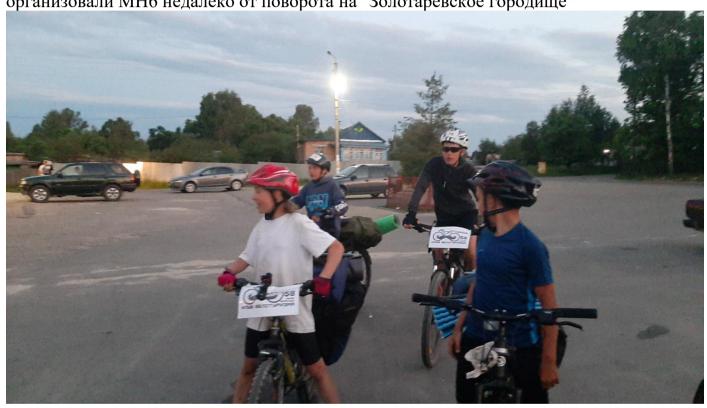
20:09:00 73.3 км (363.7 км)

На ст. Шнаево пересекли железную дорогу Фото 6.12, Фото 6.13



20:48:00 81.9 км (372.3 км)

Въехали в с. Золотарёвка <u>Фото 6.14</u>, здесь в "Пятёрочке" (53° 04' 34.19" N , 45° 19' 17.50" Е) пополнили запасы питьевой воды, после чего продолжили движение и организовали МН6 недалеко от поворота на "Золотарёвское городище"



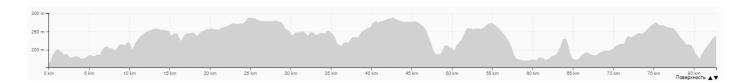
Трек шестого дня:

 $\underline{http://velotrex.ru/trailview.php?id=2730}$

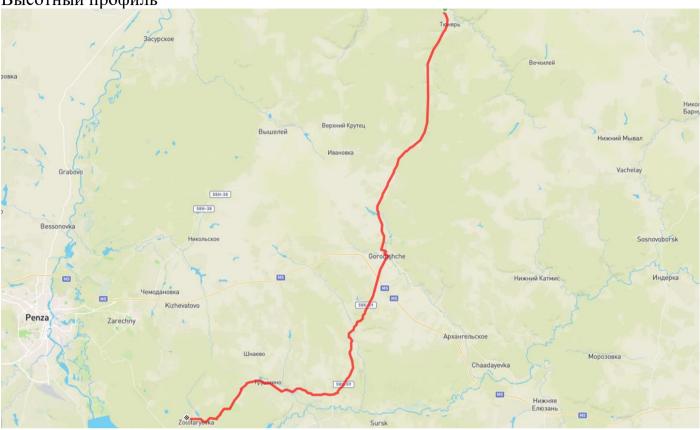
Координаты МН6: N53.079397, E45.300104

Высота точки: 241 м

Пройдено за день: 83.7 км НВ: 1538 м, СВ: 1446 м ОХВ: 11 ч. 23 мин. 31 сек. ЧХВ: 6 ч. 25 мин. 42 сек.



Высотный профиль



Обзорная карта шестого дня

09.06.2023 - день 7

09:30:00 0 км (374.1 км)

Начало ходового дня

09:35:00 0 км (374.1 км)

Вышли на дорогу Золотарёвка - Пенза, начали движение в сторону Пензы, дорога с низким трафиком, хорошего качества, асфальт сухой, не смотря на ночную грозу.

11:09:00 20.6 км (394.7 км)

Въехали в Пензу, откуда уже каждый отправлялся к себе домой Фото 7.1



11:32:08 25.3 км (399.4 км) Прибыли в Заречный

Конец ПП 6

Трек дня:

http://velotrex.ru/trailview.php?id=2731

Координаты точки завершения маршрута: N53.183331, E45.158241

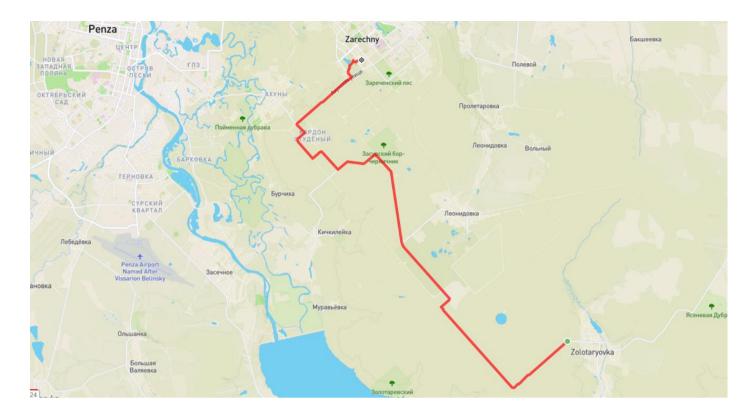
Высота точки: 208 м

Пройдено за день: 25.3 км

HB: 420 м, CB: 453 м OXB: 2 ч. 2 мин. 8 сек. ЧХВ: 1 ч. 32 мин. 32 сек.



Высотный профиль



Обзорная карта седьмого дня

5. Дополнительные сведения о маршруте

5.1 Перечень средств передвижения и случаи ремонта на маршруте

http://velotrex.ru/attachments/1699876803_65520fc37f01a.xlsx

	Модель	Год	Вилка	Тормоза	Система, касета	Трансмиссия	Багажник	Покрышки	Bec
Скубашевский П.А.	Author Dexter		пружинно-эластомер	*	Truvativ isoflow(квадрат 113/68, на промах)42х32х22 Кассета shimano 8х (32- 11), цепь с замком	Перед.: Асега, Зад.: Deore	Topeak UNI super tourist DX (disc) Нижн болты 10мм	Kenda 26"x2,1	14,4
Скубашевская Е.О.	JAMIS Durango 2	2009	RST Omega TnL	Дисковые Tektro IO(механика)	Кассета: SRAM PG- 950, 11-32Т	Shimano Deore (8x3)	Topeak UNI super tourist DX (disc) Нижн болты 10мм	Kenda 26"x2,1	14
Шероухова В. А.	Stern attack 24"	2020	Suntour, 80 мм пружинно- эластомер	Дисковые	Shimano CS-HG41 1x6 (34-12)	Перед: SShimano FD-M360 Зад: Shimano RD-M430	Stels	Chaoyang, 24x2.0	15
Макарев А. Ю.	Top Gear 26"	2013	SR Suntour XCT V3	v-brake tektro	трещётка 14-34T SunRace	Перед: SShimano FD-M360 Зад: Shimano RD-M430	Stels	Kenda Small Block Eight, 26x2.1	14
Нагорнов Н. А.	GT Avalanche sport		100мм ход	гидравлический, диск 160мм	Pro Wheel, алюминий, звезды 36/22Т кассета MicroSHIFT H092 11-36T, 9скр	Перед: Shimano Altus Зад: MicroSHIFT Mezzo M36L	Topeak UNI super tourist DX (disc) Нижн болты 10мм	27,5x1.95	14,5
Еремеев В. И.	Cross	2016	SR M2025	v-brake tektro	трещётка 14-34 shimano	tourney задние, передние sis index	Stels	bontrager 24x2.0	14
Девяткин А. И.	Dkaln	2022	Hard tail ход 60мм пружинно- эластомер		Перед: 24/34/42, Зад: 14-28T	Shimano Перед: FD-TY300, зад: RD- TY300	Stels	26 x 1.95	15,1
Ступников И. Д.	GT Avalanche Comp		7 · · · · · ·	Tektro M275, гидравлические, дисковые, 160 мм диск	Prowheel Charm, 32T Sunrace, 11-42, 10-скр	Shimano Deore M4120	Topeak UNI super tourist DX (disc) Нижн болты 10мм	2.25-27.5	14

Спучаи ремонта на маршруте:
1. 2-й день пути: полнули задний переключатель на велосипеде Девяткина А., выпрямили.
2. 3-й день пути: ослаб крепёж багажника на велосипеда Девяткина А., подтянули, укрепили.

5.2 Перечень запчастей и инструментов

инструменты	Наличие	Bec	Комментарии
Шестигранники		54	Allen 4,5,6
Мультитул		269	Мультитул - Узкогубцы, кусачки, нож, напильник и др.
Мультитул вело			Allen 2,2.5,3,4,5,8,10,T10,T25,+, Личный ремнабор механика
Насос колёсный			Личный ремнабор механика
Разводной ключ до 24		150	
Спицевой ключ (универсальный)		53	На 4 размера
Выжимка цепи			В мультитуле механика
Сьемник кассеты		34	
Ключ-хлыст		208	+ рожковый 15-16 мм
Конусный ключ		46	
Ключ "семейный"		54	
Полотно по металлу		17	12", 24 ТРІ, биметалл
Метчики			M4,5,6
Надфили		15	Плоский и круглый
TORX		10	T10, T25
Монтажки пластиковые			Личный ремнабор механика
Щётка		33	Для чистки цепи и звёзд
запчасти			
Универсальный петух		8	
Тросик переключателя		21	
Рубашка переключателя		46	
Эксцентрик передний		53	
Эксцентрик задний		58	
ниппели спиц			В личном ремнаборе участников
Колпачок ниппеля камеры		2	
Золотник камеры		3	
расходники			
Заплата для покрышки		5	2 шт
Заплата для камеры		8	9 шт
Клей-вулканизатор		20	
Термоклей		10	
Смазка для цепи		40	
Консистентная смазка		20	
Изолента		30	
Скотч армированный		100	
Тормозные колодки			В личном ремнаборе участников
Стяжки нейлоновые		30	3x150, 4.5x370
Хомут стальной		30	Зшт
Проволка вязальная		30	2 метра
Наждачная бумага (мелкая)		10	
Метизы			Винты для нарамного крепежа, подседельного зажима, якоря вилки, калипера, ярышка якоря, шайбы
итого:		1677	

http://velotrex.ru/attachments/1699877041_655210b1c0e72.xlsx

5.3 Перечень общественного снаряжения

Список снаряжения	Вес, грамм	Примечания	
Палатка 3-хместная	3200	Tramp Mountain 3	
Палатка 3-хместная	3500	Campus OTTAWA 3	
Тент	615	NOVA TOUR, 2х3м, 70 г/м, с оттяжками	
Горелка 1	296	TOUR TOUR, Exem, 10 17m, 0 01755 acams	
Горелка 2	238	Trook «Quick», El ese L Espeya Eller	
•		Track «Quick», пьезо + переходник цанга	
Экран	212	8 секций, высота 24см, охват 68см	
Газовый баллон 1	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 2	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 3	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 4	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 5	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 6	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 7	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Газовый баллон 8	300	Газовые баллоны с цанговым захватом СИБИАР, 220 г	
Кухня	450	(2 доски, скатерть, половник, прихватка, губка, спички, небольшие пакеты, нож, тёрка)	
Бурдюк 5 л	149	Ortlieb Water-Bag	
Пила складная	276		
Трос 5м с замком	340		
Ремнабор групповой	1677		
Аптечка групповая	1100		
Навигационное оборудование/карты штурмана	178		
Фотоаппарат тех.фотографа	233		
Набор посуды	565	Каны 5 и 4 л, нержавеющая сталь Сковорода, алюминий	
Распределение веса по группе			
Общий вес	15429		
Средний вес на чел:	1928,63		Количество участников
Вес на М:	10344	M	6
Вес на Ж:	4038	ж	2
Скубашевский П.А.	3796		
Скубашевская Е.О.	3500		
Шероухова В. А.	538		
Макарев А. Ю.	790		
Нагорнов Н. А.	1252		
Еремеев В. И.	1649		
Девяткин А. И.	1180		
Ступников И. Д.	1677		

http://velotrex.ru/attachments/1699877741_6552136d53342.xlsx

5.4 Состав хозяйственного набора

Наименование	Количество
Скотч прозрачный	1 шт.
Набор игл	1шт.
Нитки	1 набор
Ножницы	1шт.
Стропа	1шт.
Клей	1шт.
Наперсток	1шт.
Набор кусков ткани	Набор кусков ткани

5.5 Раскладка по питанию и график закупок

Север ПО 03-09 июня 2023													
Количество участников	8												
Завтрак	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/ 1 чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	ж/100 гр	Ж/чел/гр	У/100 гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
"Геркулес"	60	345	207	12	7	6	4	65	39	480	Пенза		
Масло топлёное	20	875	175	0	0	94	19	0	0	160	Пенза		
Сгущённое молоко	15	335	50	7	1	9	1	55	8	120	Пенза		"Алексеевская"
Сухофрукты	20	260	52	3	1	0	0	61	12	160	Пенза		Изюм
Сыр жирн. 50%	30	377	113	24	7	31	9	0	0	240	Пенза		
Хлеб серый	50	265	133	9	3	7	3	50	25	400	Пенза		По 1 куску, 1 батон
Вафли	33	520	172	7	2	27	9	62	20	264	Пенза		По 2 штуки
Чай	3	152	5	20	1	5	0	7	0	24	Пенза		,
Сахар песок/каша	8	398	32	0	0	0	0	100	8	64	Пенза		Завесить отдельно на все дни
Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		Отдельно каждому
Итого	249	3925	978	-	22	Ů	45	100	123	1992	1992		
more	243	3323	310		- 22		43		123	1332	1992		
Перекус	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/ 1 чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	ж/100 гр	ж/чел/гр	У/100 гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
Леденцы	47	376	177	0	0	0	0	92	43	376			по 4 шт
Итого	47	376	177	·	0		0		43	376			
		0.0	2						-,5	570			
Обед	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/ 1 чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	ж/100 гр	Ж/чел/гр	У/100 гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
Щи													
Картофель	100	96	96	2	2	0	0	21	21	800	Пенза		
Капуста	50	25	13	1	1	0	6	36	18	400	Пенза		
Морковь	20	38	8	1	0	0	0	10	2	160	Пенза		
Тушёнка	50	220	110	16	8	15	8	1	1	400	Пенза		Индейка
Соль	3	10	0	0	0	0	0	0	0	24	Пенза		
Хлеб черный	115	181	208	12	13	6	7	40	46	920	Пенза		Стандартная буханка, по 2 полноразмерных
Чай	3	152	5	20	1	5	0	7	0	24	Пенза		
Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		Каждому отдельно
Лимон	10	34	3	1	0	0	0	3	0	80	Пенза		1 маленький лимон (положить в кухню баноч
Итого	361	1120	479		25		21		98	2888	2888		
Ужин	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/ 1 чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	Ж/100 гр	Ж/чел/гр	У/100 гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
Тушенка говяжья	110	218	240	15	17	17	19	0	0	880	Пенза		
Макароны	90	344	310	10	9	1	1	72	64	720	Пенза		
Зелень сушеная	3	40	1	3	0	1	0	6	0	24	Пенза		
Салат из томатов	100	18	18	0	0	0	0	4	4	800	Пенза		
Растительное масло	10	899	90	0	0	0	0	99	10	80	Пенза		
Печенье	40	410	164	12	5	10	4	60	24	320	Пенза		По 4 шт.
Чай листовой	5	152	8	20	1	5	0	7	0	40	Пенза		
Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		Каждому отдельно
Соль	10	0	0	0	0	0	0	0	0	80	Пенза		Посчитано и с учетом завтрака
	_	2479	870		31		24		113				

_														
	За втрак	Гр/чел	кнал/ 100 гр	ккал/1чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	ж/100 гр	Ж/чел/гр	У/100 гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
	"Рисовая"	70	330	231	7	5	1	1	72	50	560	Пенза	H	
- 1	Масло топлёное	20	875	175	0	0	94	19	0	0	160	Пенза		
- 1	Сгущённое молоко	15	335	50	7	1	9	1	55	8	120	Пенза		"Anekceesckas"
	Сухофрукты	20	269	54	3	1	0	0	62	12	160	Пенза		Чернослив
- 1	Сыр жирн. 50%	30	377	113	24	7	31	9	0	0	240	Пенза		
	Хлеб белый	50	265	133	9	3	7	3	50	25	400	Пенза		По 1 куску, 1/2 батона (остальное на обед)
- 6	Печеные	40	434	174	6	2	15	6	74	30	320	Пенза		По 4 штуке
- 1	Чай	3	152	5	20	1	5	0	7	0	24	Пенза		
г		8	398	32	0	0	0	0	100	8	64	Пенза		20.000.000.000.000.000.000.000
- 6	Сахар песок/каша Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		За весить отдельно на все дни Каждому отдельно
г		266	3833	1005		20		39	100	144	2128	2128		The suppliering to approximate
ľ	Итого	266	3833	1005		20		39		144	2128	2128		
H	Перекус	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/1чел	Б/100 гр	E/woolen	ж/100 гр	W/uee/se	У/100гр	Vivonico	Γp/ rpynny	Закупка	Дежурные	Примечание
	Финики	- 11			D/1001p	Lly Heavy i p		,				Janyina	дежурные	по 4 шт
- 6		40	277	111	2	1	0	0	74	30 30	320 320			no 4 un
ł	Итого	40	2//	111		1		0		30	320			
٤	Обед	Гр/чел	ккал/ 100 гр	ккал/1чел	Б/100 гр	Elmalea	Ж/100 гр	Wheeler	У/100 гр	Minalea	Гр/ группу	90		Примечание
1		тр/чил	ккилу тоо гр	ккал/ 1 чел	6/100 rp	ь/чил/гр	M/100 rp	лучелугр	3/100 rp	у/чил/гр	гру группу	Закупна	Дежурные	примечание
	Грибной суп	100	96	96	2	2	0	0	21	21	800	Пенза		
ŀ	Картофель													
ŀ	Грибы	70	20	14	3	2	1	1	1	1	560	Пенза		Шампиньоны
	Морковь	20	38	8	1	0	0	0	10	2	160	Пенза		
ŀ	Тушёнка	50	220	110	16	8	15	8	1	1	400	Пенза		Индейка
4	Conu	3	10	0	0	0	0	0	0	0	24	Пенза		
	Чай	3	152	5	20	1	5	0	7	0	24	Пенза		
	Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		Ка ждому отдельно
	Хлеб серый	50	265	133	9	5	7	4	50	25	400	Пенза		1/2 батона с завтрака
	Яблоки	170	52	88	0	1	0	0	14	24	1360	Пенза		По 1 шт
г	Итого	476	1251	493		18		12		83	3808	3808		
Ī														
Ì	Ужин	Гр/чел	кнал/ 100 гр	ккал/1чел	Б/100 гр	Б/чел/гр	Ж/100 гр	Ж/чел/гр	У/100гр	У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
	Тушенка говяжья	110	218	240	15	17	17	19	0	0	880	Пенза		
Г	Гречка	75	335	251	12	9	3	2	63	47	600	Пенза		
Г	Зелень сушеная	3	40	1	3	0	1	0	6	0	24	Пенза		
г	Салат из огурцов	17	97	16	2	0	0	0	25	4	136	Пенза		
r	Хлеб черный	30	181	54	10	3	3	1	61	18	240	Пенза		1/2 буханки, по 1 куску
г	Пряники	40	387	155	5	2	9	4	72	29	320	Пенза		По 1 шт
	Пряники Чай листовой	5	152	8	20	1	5	0	7	0	40	Пенза		- W - WI
h	Сахар песок/чай	10	398	40	0	0	0	0	100	10	80	Пенза		Каждому отдельно
г	Соль	10	0	0	0	0	0	0	0	0	80	Пенза		Посчитано и с учетом завтрака
- 6	Итого	300	1808	765		32	· ·	26		109	2400	3408		посчитано и с учетом за прака
										200	2400	3-10-0		
1	За атр ок		ккал/ 100 гр		Б/100 гр	Б/чел/гр	ж/100 гр			У/чел/гр	Гр/ группу	Закупка	Дежурные	Примечание
- 1	"Пшённая"	60	334	200	12	7	3		69	У/чел/гр 41	Fp/ rpynny 480	Закупка Пенза	Дежурные	
	"Пшённая" Молоко стущённое	60 15	334 335	200 50	12 7	7	3	Ж/чел/гр 2 1	69 71	У/чел/гр 41 11	Fp/ rpynny 480 120	Закупка Пенза Пенза	Дежурные	Примечание
	"Пшённая" Молоко стущённое Масло топлёное	60 15 20	334 335 875	200 50 175	12 7 0	7 1 0	3 9 94	Ж/чел/гр 2 1	69 71 0	У/чел/гр 41 11 0	Fp/ rpynny 480 120 160	Закупка Пенза Пенза Пенза	Дежурные	"Алексееясная"
	"Пшённая" Молоо стущённое Масло топлёное Сухофрукты	60 15 20 20	334 335 875 269	200 50 175 54	12 7 0 3	7 1 0	3 9 94 0	Ж/чел/гр 2 1 19	69 71 0 62	Y/wen/rp 41 11 0	Fp/ rpynny 480 120 160	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза	Дежурные	
	"Пийнная" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрукты Сыр жирн, 50%	60 15 20 20 40	334 335 875 269 377	200 50 175 54 151	12 7 0 3 24	7 1 0 1 10	3 9 94 0 31	Ж/чел/гр 2 1 19 0	69 71 0 62 0	Y/wen/rp 41 11 0 12	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза	Дежурные	"Алексеевская" Курата
1	"Пшённая" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрукты Сыр жирк, 50% Хлеб серый	60 15 20 20 40 50	334 335 875 269 377 265	200 50 175 54 151 133	12 7 0 3 24 9	7 1 0 1 10 5	3 9 94 0 31 7	Ж/чел/гр 2 1 19 0 12 3	69 71 0 62 0 50	Y/₩2n/εp 41 11 0 12 0 25	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза	Дежурные	"Алексееяская"
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло тоглёное Сухофрукты Сухорукты Суржиры, 50% Хлеб серый Соль	60 15 20 20 40 50 5	334 335 875 269 377 265	200 50 175 54 151 133 0	12 7 0 3 24 9	7 1 0 1 10 5	3 9 94 0 31 7	Ж/чел/гр 2 1 19 0 12 3	69 71 0 62 0 50	У/чел/гр 41 11 0 12 0 25	fp/rpynmy 480 120 160 160 320 400 40	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза	Дежурные	"Алексевік.кам" Курата По 2 куска
	"Пивінная" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрукты Сухор экупты Сухор экупты Хлеб серый Соль	60 15 20 20 40 50 5	334 335 875 269 377 265 0	200 50 175 54 151 133 0	12 7 0 3 24 9 0 7	7 1 0 1 10 5 3	3 9 94 0 31 7 0	Ж/чел/гр 2 1 19 0 12 3 0	69 71 0 62 0 50 0	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0	fp/rpynmy 480 120 160 160 320 400 40	Закупка Пенза	Дежурные	"Алексеевская" Курата
	"Пшённам" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрунты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль	60 15 20 20 40 50 5 33 3	334 335 875 269 377 265 0 520	200 50 175 54 151 133 0 172 5	12 7 0 3 24 9 0 7 20	7 1 0 1 10 5 3 3	3 9 94 0 31 7 0 27 5	#/wen/rp 2 1 19 0 12 3 0 9	69 71 0 62 0 50 0 62 7	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 24	Закупка Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа	Дежурные	"Алексеевская" Курага По 2 куска По 2 штуке
	"Пшіроган" Молоко стущійное Масло топлійное Сухофрукты Сыр жирих 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песом/чай	60 15 20 20 40 50 5 33 3	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398	200 50 175 54 151 133 0 172 5	12 7 0 3 24 9 0 7	7 1 0 1 10 5 3 3 1	3 9 94 0 31 7 0	#/wen/rp 2 1 19 0 12 3 0 9	69 71 0 62 0 50 0	y/wan/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 400 40 264 24 80	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза	Де журные	"Алексевік.кам" Курата По 2 куска
	"Пшённам" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрунты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль	60 15 20 20 40 50 5 33 3	334 335 875 269 377 265 0 520	200 50 175 54 151 133 0 172 5	12 7 0 3 24 9 0 7 20	7 1 0 1 10 5 3 3	3 9 94 0 31 7 0 27 5	#/wen/rp 2 1 19 0 12 3 0 9	69 71 0 62 0 50 0 62 7	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264	Закупка Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа	Дежурные	"Алексеевская" Курага По 2 куска По 2 штуке
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сухория 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай	60 15 20 20 40 50 5 33 3 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0	3 9 94 0 31 7 0 27 5	#//wen/rp 2 1 19 0 12 3 0 9 0	69 71 0 62 0 50 0 62 7	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10	120 120 160 160 160 320 400 40 264 24 80 2048	Замуния Пенза		"Алексевік кам" Курат а По 2 кусма По 2 штуме Ка ждому отдельно
	"Пшіроган" Молоко стущійное Масло топлійное Сухофрукты Сыр жирих 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песом/чай	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0	Ж/чел/гр 2 1 19 0 12 3 0 9 0 47	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048	Закупка Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза Пенза	Дежурные	"Алексевік кам" Курата По 2 куска По 2 штуке Ка ждрму отдельно
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жарк. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Перокус	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Yen 186	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4	3 9 94 0 31 7 0 27 5	#/ven/rp 2 1 19 0 12 3 0 9 0 0 47	69 71 0 62 0 50 0 62 7	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120 y/wen/rp 4	Fp/ rpymmy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048	Замуния Пенза		"Алексевек кам" Курат а По 2 кусма По 2 штуже Ка ждому отдельно
	"Пшённая" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сухорияты Сирэниры, 50% Хлеб серый Соль Вафли Най Сахар песок/чай	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0	Ж/чел/гр 2 1 19 0 12 3 0 9 0 47	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048	Замуния Пенза		"Алексевік кам" Курата По 2 куска По 2 штуке Ка ждрму отдельно
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сухофрукты Соль Вафли Най Соль Иного Перекус Ореки	60 15 20 20 40 50 5 33 3 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RKAN/1 VEN 186	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 56	#/ ###################################	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120 Y/wen/rp 4	1p/ rpynny 480 120 160 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 fp/ rpynny 240 240	Закупка Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа 2048	Дежурные	"Алексевік-кам" Кура га По 2 куска По 2 штуке Каждому отдельно Примечание Гредиле
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жарк. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Перокус	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RKAN/1 VEN 186	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0	#/ ###################################	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120 Y/wen/rp 4	Fp/ rpymmy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048	Закупка Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа 2048		"Алексеек ная" Курата По 2 куска По 2 штуке Ка ждому отдельно
	"Пшейненан" Молоко стущённое Масло топлёное Сухофрунты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Итого Перекус Ореки	60 15 20 20 40 50 5 33 3 10 256	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RKAN/1 VEN 186	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 56	#/ ###################################	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 20 0 10 120 Y/wen/rp 4	1p/ rpynny 480 120 160 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 fp/ rpynny 240 240	Закупка Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа Пенаа 2048	Дежурные	"Алексеевскам" Кура га По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечение Гредиле
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сыр жэрж, 50% Хлеб серый Соль Вафли Най Сахар песок/чай Иного Перекус Ореки Иного Обед Сул -лапша	60 15 20 20 40 50 5 33 3 10 256 [p/wen 30 6p/wen	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 RNAN/ 100 rp 621 RNAN/ 100 rp	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RKAN/1 ЧЕЛ 186 RKAN/1 ЧЕЛ	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 5/100 rp	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***/100 rp	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 y/wen/rp 4 4	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 80 2048 Fp/ rpynny 240 240	Закупка Пенза Закупка	Дежурные	"Алексеевскам" Кура га По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечение Гредиле
	"Пшёветан" Молоко стущённое Масло толлёвое Сухофрукты Сыр жизик 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песом/чай Итого Перекує Ореки Итого Обед Сул -лапша	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256 [p/wan 30 30	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 8xan/ 100 rp 621 621 8xan/ 100 rp	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккал/1чел 186 ккал/1чел	12 7 0 3 24 9 0 7 7 0 0 13 13 6/100 rp 11	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 3	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0	#/чел/гр 2 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	\(\frac{\frac{1}{\sqrt{\sq}\sqrt{\sq}}\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sin}\sqrt{\sq}}}}}\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sqrt{\sq}}}}}}\sqrt{\sintitita}\sq}\sign{\signat\sqrt{\sqrt{\sq}\sqrt{\sint{\sint{\sin}\sq}\sqrt{\sint{\sin}\sign{\sint\sini\sqrt{\sin}}\sign{\sintiin}\sint\	Fp/ rpymry	Закупка Пенза Закупка Закупка	Дежурные	"Алексеевскам" Кура га По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечение Гредиле
	"Пшёветан" Молоко стущённое Масло тоглёвое Сухофрукты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Итого Перекус Орежи Итого Обед Сул -папша	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256 Fp/wen 30 30 100	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 xwan/ 100 rp 621 xwan/ 100 rp 333 96	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KRAN/1 VEN 186 186 KRAN/1 VEN 100 96	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 11	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 #/100 rp 1 0	#/\undersity = 2	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 y/wen/rp 4 4 22 21	Fp/ rpynny	Закупка Пенаа Закупка Закупка	Дежурные	"Алексеевскам" Кура га По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечение Гредиле
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло толлійное Сухофрукты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Итого Перекує Ореки Итого Обед Сул -лапша Латша Картофель Моркоїь	60 15 20 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 кмал/ 100 гр 621 621 кмал/ 100 гр	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 YEN 186 186 RRAN/1 YEN 100 96 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 6/100 rp 13	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 b/wen/rp 4 4 3 2 0	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 1 0 0	#\/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	69 71 0 62 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 Fp/ rpymy 240 800 160	Занулна Пенза Занулна Занулна Пенза	Дежурные	"Алексеенская" Курага По 2 куска По 2 штуке Камдому отдельно Примачание Примачание
	"Пшівнам" Молоко стущійнное Масло топлійное Сухофрукты Сыр жиркть 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Перекус Ореки Иного Обед Суп-лапша Картофель Морковь Тушійнка	60 15 20 40 50 5 33 10 256 Fp/wen 30 100 20 40 40 40	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 NNAN/ 100 rp 621 621 RNAN/ 100 rp 333 96 38 220	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккап/1чел 186 186 ккап/1чел 100 96 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 5/100 rp 13	7 1 0 1 10 5 3 1 0 30 6/wen/rp 3 2 0 6	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 1 0 0 15	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 6	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/won/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 y/won/rp 4 4 y/won/rp 22 21 0	Fp/ rpymmy	Закупка Пенза	Дежурные	"Алексеенская" Курага По 2 куска По 2 штуке Камдому отдельно Примачание Примачание
	"Пшівнам" Молоко стущійное Масло толлійное Масло толлійное Сухофрукты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Игого Перекус Ореки Игого Обед Сул -папша Картофель Морноїь Тушейна	60 15 20 20 40 50 5 33 10 256 Fp/wen 30 30 100 40 3	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 RHAN/ 100 rp 621 621 621 RHAN/ 100 rp 333 96 38 220 152	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккал/1чел 186 186 ккал/1чел 100 96 8 88	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 13 14 15/100 rp 11 2 0 16 20	7 1 0 1 10 5 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 5/wen/rp 3 2 0 6 1	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 56 ***M/100 rp 1 0 0 15 5	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 0 47 #/чел/гр 17 #/чел/гр 0 0 0 6 0	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	\(\frac{\fir}{\frac{\fir}\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\fra	Fp/ rpymmy	Закупка Пенза	Дежурные	"Аленсевик кам" Кура га По 2 куска По 2 штуме Ка мдему отдельно Примечание Грациле Индейка
	"Пшёветан" Молоко стущённое Масло толлёвое Сухофрукти Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песом/чай Итого Обед Сум - папша Картофель Морибъя Морибъя Чай Сахар песом/чай Агаша Сахар песом/чай Сухофрукти Сухофру	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 [p/wen 30 30 100 20 40 3 100 20 40 3	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 NNAV/ 100 rp 621 621 NNAV/ 100 rp 333 96 38 220 152 398	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KKAN/14EN 186 186 KKAN/14EN 100 96 8 8 88 5 40	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 6/100 rp 13 6/100 rp 11 2 0 16 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 5/wen/rp 2 0 6 1 1 0	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 #/100 rp 56 #/100 rp 0 15 5 0	#/\undersity = 2	69 71 0 62 0 50 62 7 100 4/100 rp 12 // 100 rp 12 // 100 rp 10 10 10 10 10	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 Y/wen/rp 4 4 Y/wen/rp 22 21 2 0 0 10	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 80 2048 Fp/ rpynny 240 240 800 160 320 480	Закупка Пенаа	Дежурные	"Алексевек кам" Кура га По 2 куска По 2 штуме Камдему отдельмо Примечание Примечание Индейна Камдему отдельмо
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль Вафон Най Сахар песок/чай Иного Обед Суп -лепша Картофель Морков Тушёна Чай Сахар песок/чай Хлеб серый	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 30 100 50 50 50	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 Nama/ 100 rp 621 621 8333 96 38 220 152 398 265	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Ven 186 186 RRAN/1 Ven 100 96 8 88 88 5 40 133	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 6/100 rp 13 6/100 rp 11 2 0 16 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 86/**en/rp 4 4 4 56/**en/rp 2 0 6 1 1 0 5	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 #/100 rp 56 #/100 rp 0 15 5 0	#/\uen/rp 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/\uen/rp 17 17 17 #/\uen/rp 0 0 0 4 4 4 4	69 71 0 62 0 50 62 7 100 4/100 rp 12 // 100 rp 12 // 100 rp 10 10 10 10 10	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 y/wen/rp 4 4 y/wen/rp 22 21 2 0 0 10 25	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 400	Закупка Пенза	Дежурные	"Алексевек кам" Кура га По 2 куска По 2 штуме Камдему отдельмо Примечание Примечание Индейна Камдему отдельмо
	"Пшёвная" Молоко стущённое Масло толлёное Сухофрукты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль Вафон Най Сахар песок/чай Иного Обед Суп -лепша Картофель Морков Тушёна Чай Сахар песок/чай Хлеб серый	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 30 100 50 50 50	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 Nama/ 100 rp 621 621 8333 96 38 220 152 398 265	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккал/1чел 186 186 ккал/1чел 100 96 8 88 5 40 133 468	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 6/100 rp 13 6/100 rp 11 2 0 16 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 5/wen/rp 3 2 0 6 1 0 5 17	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 #/100 rp 56 #/100 rp 0 15 5 0	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 6 0 0 4 10	69 71 0 62 0 50 62 7 100 4/100 rp 12 // 100 rp 12 // 100 rp 10 10 10 10 10	\(\frac{\fir}{\frac{\fir}\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\fra	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 400	Закупка Пенза	Дежурные	"Алексевіскал" Курата По 2 куска По 2 штуне Кандему отдельно Примечанне Примечанне Индейна Кандему отдельно
	"Пшівнам" Молоко стущійное Масло топлівное Сухофрукти Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сух -лапше Ла пша Картофель Морновь Тушійна Чай Сахар песок/чай Хлеб серый	60 15 20 40 50 5 33 10 256 [p/wn 30 30 100 20 40 3 100 20 40 3 100 50 253	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 RIGHT 100 rp 621 621 621 808A/ 100 rp 333 96 38 220 152 398 265 1502	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккал/1чел 186 186 ккал/1чел 100 96 8 88 5 40 133 468	12 7 0 3 24 9 0 7 7 0 13 13 14 15/100 rp 11 2 0 16 20 0 9	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 5/wen/rp 3 2 0 6 1 0 5 17	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 56 ***M/100 rp 1 0 15 5 0 7	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 6 0 0 4 10	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	\(\frac{\fir}{\frac{\fir}\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\frac{\fra	Fp/ rpynny 480 120 160 160 320 400 40 264 80 2048 Fp/ rpynny 240 800 160 320 24 80 400 24	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Аленсевик кам" Кура г а По 2 куска По 2 штуме Ка мдему отдельно Примечание Грацияе Индейка Индейка Ка мдему отдельно
	"Пшівная" Молоко стущінное Масло толліное Масло толліное Сухофрунты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль. Вафли Чай Сахар песок/чай Итого Обед Сул -лапше Ла пша Картофель. Морновь Тушінна Май Сахар песок/чай Хлеб серый Сул -лапше Ла пша Картофель Морновь Тушінна Май Сахар песок/чай Хлеб серый Итого	60 15 20 40 50 5 5 33 3 10 256 [p/wen 30 100 20 40 3 10 50 20 40 50 50 50 50 50 50 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60 60	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 NNAN/ 100 rp 621 621 NNAN/ 100 rp 152 398 265 1502	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KKAN/14EN 186 186 KKAN/14EN 40 96 8 88 5 40 133 468	12 7 0 3 24 9 0 7 7 20 0 13 6/100 rp 11 2 0 0 9	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/wen/rp 4 4 4 6/wen/rp 1 0 6 1 0 5 17	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 #/100 rp 56 #/100 rp 0 15 5 0 7	#/\undersity = 2	69 71 0 62 0 50 62 7 100 **Y/100 rp 12 **Y/100 rp 11 10 17 100 50	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 Y/wen/rp 4 4 Y/wen/rp 22 0 0 10 15 9 10 17 20 10 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 400 24 800 160 320 400 400 2024	Занупна Пенза	Де журные Де журные	"Алексевіская" Курата По 2 куска По 2 штуме Каждему отдельно Примечание Грацияе Индейка Индейка Индейка Па жидому отдельно 1/2 ба тона с алиграма
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жэрк, 50% Хлеб серый Соль Вафли Най Сахар песок/ча й Иного Обед Суп -чопшо Лапша Картофель Морковь Тушівна Чай Сххар песок/ча й Хлеб серый Суп -чопшо Хахар песок/ча й Хлеб серый Суп -чопшо Хахар песок/ча й Хлеб серый Иного Ужин Чай Сххар песок/ча й Хлеб серый	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 3 100 20 40 3 10 50 7 50 7 60	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 княл/ 100 гр 621 621 княл/ 100 гр 638 220 152 398 265 1502	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Ven 186 186 RRAN/1 Ven 100 96 8 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88 88	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 11 2 0 16 20 0 9	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 8/*****/**** 5/****/*** 5/****/*** 10 5 10	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 1 0 0 15 5 7 Ж/100 гр 16	#/#/\uextrm{#/\uex	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120 y/wen/rp 4 4 y/wen/rp 22 1 2 0 10 25 81	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 400 224 Fp/ rpymy 480	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевек кам" Кура г а По 2 куска По 2 штуме Каждему отдельно Примечание Грацияе Индейка Индейка Каждему отдельно 1/2 ба тона с авитра ка
	"Пшівнам" Молоко стущійнное Масло толлійное Масло толлійное Сухофрукты Сыр жири, 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сух-лепше Лапша Картофель Морковь Гухийна Чай Сахар песок/чай Кироковь Гухийна Чай Сахар песок/чай Картофель Морковь Гухийна Чай Морковь Ужин "Чечевица" Морковь Растительное масло	60 15 20 40 50 5 33 10 256 fp/wen 30 100 20 40 3 100 50 20 40 3 100 50 253	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 Notat/ 100 rp 621 621 80tat/ 100 rp 152 398 265 1502 Notat/ 100 rp	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KKAN/1 VEN 186 8 88 5 40 133 468 KKAN/1 VEN 178 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 11 2 0 16 20 0 6/100 rp	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***/100 rp 1 0 0 15 5 0 7 ***/100 rp	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 0 0 6 0 0 4 10	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/won/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 y/won/rp 4 4 y/won/rp 22 21 0 0 10 y/won/rp 22 21 20 0 10 25 81	Fp/ rpymry 480 120 160 320 400 40 264 80 2048 Fp/ rpymry 240 240 800 160 320 24 80 2024 87 Fp/ rpymry 480 160	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевская" Курага По 2 куска Примечание Залёная
	"Пшівнам" Молоко стущійное Масло толлійное Масло толлійное Сухофрукти Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Игого Перекус Орежи Игого Обед Сул -лапше Ла пша Картофель Морноїь Чай Сахар песок/чай Хлеб серый Сухофрукти Сухофр	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/*en 30 100 20 40 3 10 50 20 40 50 50 20 10 10 110	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 NNAN/ 100 rp 621 621 NNAN/ 100 rp 621 52 888 220 152 398 265 1502 NNAN/ 100 rp 296 38 899 218	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KKAN/14EN 186 186 KKAN/14EN 100 96 8 88 88 5 40 133 468 KKAN/14EN	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 6/100 rp 16 20 0 6/100 rp	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 6/**en/rp 4 4 4 6/**en/rp 1 0 6 1 1 0 5 17	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 8//100 rp 1 0 0 15 5 0 7 #//100 rp 16 0 0 17	#/чел/гр 0 0 47 #/чел/гр 0 0 47 #/чел/гр 10 0 0 19	69 71 0 62 62 7 100 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 10 120	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 160 320 400 160 320 400 400 2024 80 60 80 80	Занулна Пенаа	Де журные Де журные	"Алексевіскам" Курата По 2 куска По 2 штуме Камдему отдельно Примечание Грацияе Индейка Камдему отдельно 1/2 батона с авятрама Примечание Зелёная
	"Пшівнам" Молоно стущінное Масло топлійное Масло топлійное Сухофрунты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль. Вафли Чай Сахар песок/чай Итого Перекує Ореки Итого Обед Суп - попша Лапша Картофель. Моркоїв. Тушійна Чай Сахар песок/чай Хлеб серый Итого Ужин "Чечевица" Моркоїв. "Честительное масло Тушенна Хлеб черьый	60 15 20 40 50 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 3 100 20 50 20 100 20 20 100 80	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 Near/ 100 rp 621 621 898/ 220 152 398 220 152 388 220 152 388 220 152 398 265 1502	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Ven 186 186 88 88 5 88 88 5 100 133 468 RRAN/1 Ven 178 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 11 2 0 16 20 0 9 6/100 rp 16 2 0 7 7 7	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 30 6/******/**** 5/****/*** 5/****/*** 5/****/** 10 0 17 6	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 Ж/100 гр 56 Ж/100 гр 1 0 0 15 5 7 Ж/100 гр 16 0 0 17	#/#/\uextrm{#/\uex	69 71 0 62 62 0 50 0 62 7 100	y/-wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120 y/-wen/rp 4 4 y/-wen/rp 2 2 1 2 0 0 10 25 81 y/-wen/rp 30 2 2 10 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Fp/ rpymy 480 120 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 160 320 400 160 80 400 2024	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевская" Курага По 2 куска По 2 куска По 2 штуке Ка ждрму отдельно Примечание Грацине Индейна Ка ждрму отдельно Примечание Примечание Луска тома с аавтра на Примечание Залёмая
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жэрк, 50% Хлеб серый Соль Вафли Най Сахар песок/ча й Иного Обед Суп-ченше Лапша Картофель Морковь Тушівна Чай Сххар песок/ча й Клеб серый Суп-ченше Лапша Картофель Морковь Тушівна Чай Сххар песок/ча й Хлеб серый Иного	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 fp/wen 30 100 20 40 3 100 20 40 3 100 20 40 3 100 50 253	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 NNBAN 100 rp 621 621 808AN 100 rp 152 398 265 1502 NNBAN 100 rp 296 38 899 218 899 218	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KHAN/1 VEN 186 88 5 40 133 468 KKAN/1 VEN 178 8 90 140 145	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 5/100 rp 11 2 0 16 20 0 5/100 rp 16 20 0 15 17	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 1 0 0 15 5 0 7 ***M/100 rp 16 0 0 17 1 0 0 0 17	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 4 10 #//чел/гр 10 0 0 11 0	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 10 120 Y/wen/rp 4 4 Y/wen/rp 22 21 0 0 10 25 81 Y/wen/rp 30 2 10 0 28 5	Fp/ rpymmy	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевіская" Курата По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечание Грацияе Индейка Камдему отдельно 1/2 батона с аавтра на Примечание Зелёная
	"Пшівнам" Молоко стущійнное Масло толлійное Масло толлійное Сухофрукты Сыр журк, 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сух-лопше Лапша Каргофель Морковь Гушкіна Чай Сахар песок/чай Итого Ужин "Ченевица" Морковь Растительное масло Тушенна Хлеб черный Отурціи (салат) Помидоры (салат)	60 15 20 40 50 5 33 10 256 Fp/wen 30 100 20 40 3 110 20 100 110 65 65	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 ROBAN 100 rp 621 621 621 ROBAN 100 rp 333 96 38 220 152 398 255 1502 ROBAN 100 rp 296 38 899 218 181 15 38	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 ккап/1чел 186 186 ккап/1чел 100 96 8 88 5 40 133 468 ккап/1чел 178 8 90 240 145 10 25	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 6/100 rp 16 20 0 15 7 1 2	7 1 0 1 10 5 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 1 0 15 5 0 7 ***M/100 rp 16 0 0 17 1 0 1	#/чел/гр 0 0 12 3 0 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 4 10 #/чел/гр 10 0 11 10	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/won/rp 41	Fp/ rpymmy 480 120 160 320 400 40 264 80 2048 Fp/ rpymmy 240 240 800 160 320 24 80 24 80 160 320 24 80 160 320 24 80 400 254 80 400 254 80 400 550 80 880 640 520 520	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевіская" Курата По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечание Грацияе Индейка Камдему отдельно 1/2 батона с аавтра на Примечание Зелёная
	"Пшівнам" Молоко стущійное Масло толлійное Масло толлійное Сухофрукты Сыр журн. 50% Хлеб серый Соль Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сух-лепше Ла пша Картофель Моржовь Тушейна Чай Сахар песок/чай Иного Ужин "Чеченица" Моржовь Растительное ма сло Тушенна Хлеб черный Отурцы (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Растительное ма сло (салат)	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wn 30 30 100 20 40 3 10 50 20 40 10 50 21 10 50 253	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 Noar/ 100 rp 621 621 80ar/ 100 rp 621 621 80ar/ 100 rp 621 80ar/ 100 rp 296 38 820 80ar/ 100 rp 296 38 899 218	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 KRAN/14EN 186 186 KRAN/14EN 100 96 8 8 88 5 40 133 468 KRAN/14EN 178 8 90 240 145 10	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 11 2 0 16 20 0 9 6/100 rp 16 2 0 15 7 1 1 2 0 0 15 7	7 1 0 1 10 5 3 3 3 1 0 30 8/************************************	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0	#/\uen/rp 2 1 19 0 12 3 0 0 47 #/\uen/rp 17 #/\uen/rp 0 0 0 4 10 #/\uen/rp 10 0 10 0 11 0 11 0 11 0	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	Y/wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 120 120	Fp/ rpymy 480 120 160 160 320 400 40 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 160 320 400 160 320 400 160 320 400 160 320 320 400 400 520 80 80 80	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевіская" Курата По 2 куска По 2 штуке Камдему отдельно Примечание Грацияе Индейка Камдему отдельно 1/2 батона с аавтра на Примечание Зелёная
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль. Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сул -лепше Латша Картофель. Морков. Тушінна Чай Сахар песок/чай Клеб серый Клеб серый Сур -лепше Латша Картофель. Морков. Тушінна Чай Сахар песок/чай Иного Ужин "Чечевица" Морков. Растительное масло Тушенна Хлеб черный Отурци (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат)	60 15 20 40 50 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 3 10 50 20 10 10 50 253 Fp/wan 60 20 10 10 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 Near/ 100 rp 621 621 621 898/100 rp 623 8899 327	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Ven 186 186 186 88 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 6/100 rp 16 20 0 9 6/100 rp 16 2 0 0 15 7 1 1 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 30 8/**en/rp 4 4 4 5/**en/rp 10 0 17 6 1 1 0 0 0	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 56 ***M/100 rp 15 5 7 ***M/100 rp 16 0 17 1 0 0 17 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	#/#/\uextrm{#/\uex	69 71 0 62 62 0 50 0 62 7 100	y/-wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120 y/-wen/rp 4 4 y/-wen/rp 2 2 1 2 0 0 10 25 81 y/-wen/rp 30 2 10 34	Fp/ rpymy 480 120 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 160 320 400 160 320 400 160 80 400 520 880 880 880 880 880 880 880	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексевіскам" Курата По 2 муска По 2 муска По 2 штуке Камдему отдельно Примечание Примечание Индейка Камдему отдельно 1/2 батона с алетра ка Примечание Зелёная
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло толлійное Масло толлійное Смарина Смринари, 50% Хлеб серый Соль Вафли Най Сахар песок/чай Иного Обед Суп-ченше Париже Принари Принар	60 15 20 40 50 5 33 3 10 256 Fp/wen 30 30 100 20 40 3 100 20 40 3 100 50 253 Fp/wen 60 20 10 10 80 65 65 10 42 5	334 335 875 269 377 265 0 152 398 3525 NNBAN 100 rp 621 621 621 80BAN 100 rp 333 8 220 152 80BAN 100 rp 296 38 899 218 181 15 38 899 211 38	200 50 175 54 151 133 0 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RKAN/140 186 186 RKAN/140 100 96 8 88 5 133 468 KKAN/140 178 8 90 140 145 10 25 90 137 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 5/100 rp 11 2 0 16 20 0 9 5/100 rp 16 2 0 0 15 7 1 1 2 0 0 20 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***/100 rp 56 ***/100 rp 1 0 0 15 5 0 7 ***/100 rp 16 0 0 17 1 0 0 17 1 0 0 5	#/чел/гр 1 19 0 12 3 0 9 0 47 #/чел/гр 17 17 #/чел/гр 0 0 4 10 #//чел/гр 10 0 0 1 1 0 0 0 0 1	69 71 0 62 0 50 0 62 7 100	y/-won/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120 y/-won/rp 4 4 y/-won/rp 22 21 0 0 10 25 81 y/-won/rp 30 2 10 0 28 5 3 10 0 34 0	Fp/ rpymmy	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексеенская" Курага По 2 куска Примечание Примечание Примечание Индейка Ка ждому отдельно 1/2 ба тона с азвітра ка Примечание Зелёная Индейка По 2 полно размерных куска
	"Пшівнам" Молоко стущінное Масло топлівное Сухофрукты Сыр жири. 50% Хлеб серый Соль. Вафли Чай Сахар песок/чай Иного Обед Сул -лепше Латша Картофель. Морков. Тушінна Чай Сахар песок/чай Клеб серый Клеб серый Сур -лепше Латша Картофель. Морков. Тушінна Чай Сахар песок/чай Иного Ужин "Чечевица" Морков. Растительное масло Тушенна Хлеб черный Отурци (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат) Помидоры (салат)	60 15 20 40 50 50 5 33 3 10 256 Fp/wan 30 30 100 20 40 3 10 50 20 10 10 50 253 Fp/wan 60 20 10 10 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40 40	334 335 875 269 377 265 0 520 152 398 3525 Near/ 100 rp 621 621 621 898/100 rp 623 8899 327	200 50 175 54 151 133 0 172 5 40 979 RRAN/1 Ven 186 186 186 88 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	12 7 0 3 24 9 0 7 20 0 13 6/100 rp 13 6/100 rp 16 20 0 9 6/100 rp 16 2 0 0 15 7 1 1 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	7 1 0 1 10 5 3 3 1 0 30 30 8/**en/rp 4 4 4 5/**en/rp 10 0 17 6 1 1 0 0 0	3 9 94 0 31 7 0 27 5 0 ***M/100 rp 56 ***M/100 rp 15 5 7 ***M/100 rp 16 0 17 1 0 0 17 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	#/#/\uextrm{#/\uex	69 71 0 62 62 0 50 0 62 7 100	y/-wen/rp 41 11 0 12 0 25 0 0 10 120 y/-wen/rp 4 4 y/-wen/rp 2 2 1 2 0 0 10 25 81 y/-wen/rp 30 2 10 34	Fp/ rpymy 480 120 160 320 400 40 264 24 80 2048 Fp/ rpymy 240 240 800 160 320 400 160 320 400 160 320 400 160 80 400 520 880 880 880 880 880 880 880	Закупка Пенза	Де журные Де журные	"Алексеенскам" Курата По 2 муска По 2 муска По 2 штуке Камдрму отдельно Примечание Примечание Индейка Камдрму отдельно 1/2 батона с жантра на Примечание Зелёная

5.6 Состав медицинской аптечки

№	Наименование	Кол-во	Лекарственная форма	Дозировка	Применение
Общее д	ругое (глазное, антигистаминное, витами	ины и пр)			
1	Гель против укусов насекомых	1 уп	Гель	При необходимости	Снятие боли и зуда при укусах
2	Аскорбиновая кислота	15 шт	Таблетки	При необходимости	
3	Аспаркам/Панангин	20 шт	Таблетки	1 таблетка после еды	Калиево-магниевый дефицит
4	Ципромед	5 мл	Капли	При необходимости	При повреждении и воспалительных процессах в глазах
5	Дефислез	1 уп	Капли	По необходимости	Для увлажнения глаз
6	Зовиракс	1 уп	Крем	По необходимости	Антигерпетическое
7	Фурагин	1 уп(10 шт)	Таблетки	По 1-2 таблетки 3 раза в сугки после еды	Острый цистит, уретрит, пиелонефрит
8	Супрастин или Налориус	1,5 уп (15 шт)	Таблетки	1 табл 3-4 раза в сутки	Аллергия
Антипро	остудное		-		
1	Парацетамол	15 шт (1,5 упаковки)	Таблетки	1-2 таблетки через 1-2 часа после приема пищи, не более 8 таблеток в день и не более 3 дней подряд	Жаропонижайщее и болеутоляющее
2	Азитромецин	1 yn(3 mr)	Таблетки	1 табл в сутки (за 1 час до или через 2 часа после еды)	Инфекции верхних и нижних дыхательных путей. Антибиотик.
3	Стоптуссин	1 уп(20 шт)	Таблетки	1-2 табл 3 раза в сутки	Кашель
4	АЦЦ, Флуимуцил	10 шт	Порошок		Муколитик
5	Фарингосепт	20 шт	Таблетки	1 табл рассосать после еды	При болях в горле
6	Атривин с ментолом(10 мл)	1 уп	Спрей	3 раза в день	Насморк
Желудоч	шое				
1	Уголь активированный	2 уп(20шт)	Таблетки	2-3 таблетки	Абсорбент при отравлениях
2	Энгерофурил(200 мг)	1 уп(15 шт)	Капсулы	1 капсула 4 раза в сутки независомо от приема пищи	Диарея, вызванная бактериальной инфекцией
3	Омез(20мг)	20 шт	Капсулы	1 табл 2 раза в сутки	Изжога, профилактика язвы при приеме НПВС
4	Диара	1 yn(8 mr)	Таблетки	2 таблетки единовременно, затем по 1 таблетке после каждого акта дефекации	Острая и хроническая диарея
5	Регидрон	3 уп	Порошок	СОдержимое упаковки растворить в 1 литре воды и пить в течении дня	Коррекция потери электоролитов и жидкости при диареи
6	Пикосульфат натрия	1 yn(20 mr)	Таблетки	Индивидуально, внутрь перед сном	Запор
При пов	реждениях кожи				
1	Гель-бальзам Ратовник	1 уп	Гель	По необходимости	Регенерация кожи при повреждениях. Мыть руки после применения, глаза не тереть
2	Перекись водорода	100 мл	Раствор		Обработка раны
3	Хлоргексидин(спиртовой р-р)	100 мл	Раствор		Обработка места инъекции
4	Банеоцин(10г)	1 уп	Мазь		Обработка мокнущих ран, гнойников
5	Тридерм	1 уп	Мазь		Потертости, царапины
6	Клей БФ 6(15г)	1 уп	Мазь		Обработка обширных ран
7	Йод	1 уп	Раствор		Обработка краев раны
8	Пантенол	1 уп	Гель		После ожогов
Обезбол	ивающее и противовоспалительное				
1	Нимесулид (1%)	1 уп	Гель	2-3 раза в сутки	Обезболивающиее, противовоспалительное, при мышечных болях, восстановление после повреждения мягких тканей (разрывов связок и пр.)
2	Бенгей	1 уп	Бальзам	По необходимости	Мышечные боли после нагрузок, спортивный бальзам
3	Нимесил	20 шт	Порошок/таблетки	1 табл или 1 пакетик 2-3 раза в сутки	При зубных, мышечных болях
4	Спазмалгон	15 шт	Таблетки	1 табл 2-3 раза в сутки	При болях, вызванных спазмами

http://velotrex.ru/attachments/1699878613_655216d5ef370.xlsx

5.7 Стоимость проживания, питания, снаряжения, средств передвижения

Финансовые затраты		
Затраты на поход включают:		
• Личная страховка		
• Пополнение групповой апт	ечки	
• Закупка провизии (до начал	а похода и на маршру	rre)

Организация поиска и оплаты всех необходимых составляющих материальной части похода была распределена между участниками и осуществлялась из личных средств. По окончании похода был произведён расчёт и компенсация расходов между участниками. Ниже приведена таблица затрат в справочных целях (цены на 2023 год).

Наименование	Стоимость	Примечания
Личная страховка здоровья	300	На одного участника
Газ СИБУР	85	200 р / баллон 220 гр. Куплен в Пензе. Израсходовано 8 баллонов.
Пополнение аптечки	500	Аптечка сформирована ранее. Только замена препаратов с истекшим сроком годности.
Закупка провизии в Пензе	2400	Закупка продуктов: тушёнка — 200р / банка 338 гр. Закупка круп, макарон, сухого молока, чая, сахара и др. для развеса.
Закупка провизии в походе	1200	Закупка продуктов и воды. Хлеб, сыр, колбаса, овощи, сладкое и др.
Общая сумма затрат на поход:	31395	
Затраты на одного участника похода:	4485	

http://velotrex.ru/attachments/1699878875_655217db971fc.xlsx

6. Итоги, выводы, рекомендации

6.1 Выводы и рекомендации Штурмана

Ориентирование на местности не вызвало проблем так как большая часть маршрута проходила по дорогам, а остальная хорошо отражена в свободных картах OSM, Викимапии и т.п.

Для ориентирования в смартфон было установлено приложение OsmAnd для навигации и фиксации треков. Все карты и планируемый трек маршрута были в памяти смартфона, это позволяло работать приложению офлайн, запись и навигация велась беспрерывно, даже при отсутствии сотовой связи.

6.2 Выводы и рекомендации завхоза по питанию

Продукты на весь маршрут были закуплены в Пензе и Заречном, далее приобретались по месту, согласно Плану закупок.

При закупках по маршруту проблем не было, магазины есть во всех деревнях и поселках. Разнообразие продуктов достаточно большое, все продукты раскладки были в наличии, цены как в Пензе, продукты хорошего качества. Практически везде принимали карты, но на всякий случай лучше иметь запас наличных.

Благодаря невысокой автономности была возможность регулярно дополнять

раскладку свежими овощами и фруктами.

Состав и объем раскладки удачный, не голодали, лишняя еда не оставалась.

Несколько раз мы перекусывали хлебо-булочной продукцией местного производства, в большинстве случаев это было заранее запланировано и учитывалось при закупке продуктов.

Питьевую воду закупали в магазинах. На местах обеда и ночевок был доступ к воде, но мы использовали ее только как техническую.

Завтраки состояли из различных каш (из риса, гречки, геркулеса с орехами и изюмом) и чая с бутербродами с колбасой, паштетом или сыром.

Обеды представляли собой горячие супы из риса, овощей, грибов и макаронных изделий с мясными консервами.

Ужин состоял всегда из мясных консервов с крупами, макаронными изделиями и картофельным пюре.

6.3 Выводы и рекомендации завснара

Всё взятое на маршрут общественное снаряжение полностью удовлетворяло возникавшим потребностям и активно использовалось. Электроэнергия для гаджетов накапливалась и расходовалась через пауэрбанк (40000 mA/h) от солнечной панели (18W)? хватило на весь поход, без особой экономии. Во время ночевок в полевых условиях для приготовления пищи использовалась костёр. Газ и газовая горелка имелась в наличии, на случай дождливой погоды. Для приготовления пищи использовались личные складные ножи.

6.4 Выводы и рекомендации завхоза (финансиста)

В большинстве населенных пунктов, которые мы проехали, можно было расплатится банковской картой, либо переводом.

Для оплаты текущих расходов была сформирована казна из наличных средств, в которую сдавали по 4485 рублей с человека. Основные расходы пришлись на предпоходную закупку продуктов, формирование медицинской и велоаптечки.

6.5 Выводы и рекомендации медика

Аптечка удовлетворяла требованиям похода. За счет наличия магазинов и медпунктов почти в каждом втором н. п. Всегда была возможность доукомплектовать ее при необходимости.

6.6 Выводы и рекомендации механика

Серьезных поломок не было.

Ремнабор, отвечал потребностям похода.

Необходимо провести тщательный предпоходный осмотр велосипедов и заменить детали, находящиеся на грани своего ресурса, особенно это касается деталей трансмиссии и ходовой части.

Необходимо регулярно проводить осмотр велосипедов, проверять основные узлы, включая затяжку болтов багажника.

Если трансмиссия сильно загрязнена, нужно ее очистить вручную. Это позволит избежать поломки переключателей.

7. Оценка сложности велосипедного маршрута.

7.1 Интенсивность прохождения маршрута

Расчёт Кэп

Пробег по различным типам дорог по дням, км

№ дня	Дата	Пробег
1	03.06.2023	по дорогам хорошего качества: 54.9 по дорогам среднего качества: 3.2
2	04.06.2023	по дорогам высокого качества: 21.6 по дорогам хорошего качества: 2.2 по дорогам среднего качества: 0.1 по дорогам низкого качества: 25.2
3	05.06.2023	по дорогам высокого качества: 52.8 по дорогам среднего качества: 9.6 по дорогам низкого качества: 2.8
4	06.06.2023	по дорогам высокого качества: 41.2 по дорогам среднего качества: 8.1
5	07.06.2023	по дорогам хорошего качества: 68.4
6	08.06.2023	по дорогам хорошего качества: 78 по дорогам низкого качества: 6
7	09.06.2023	по дорогам хорошего качества: 25.3

Общий пробег по различным типам дорог, км

Дороги	Дороги	Дороги	Дороги	Дороги	Радиальные/неавтономные	
высокого	хорошего	среднего	низкого	сверхнизкого	участки	ЛΠ
качества	качества	качества	качества		y lacikii	
115.6	228.8	21	34	0	0	0

 $L\phi = 399.4$

Kэ $\pi = 1.12$

Расчёт ЛП

Перечень ЛП на маршруте

	Пата	Тип и	Описание ЛП	Длина,	Эквивалентный
1	дата	категория ЛП	0 1111 0 0 1111 0 0 1111	M	пробег, км

03.06.2023		После дождей ручей вышел из берегов, велосипеды пришлось проводить в брод Фото 1.3	0	0.5
06.06.2023	Одиночное ПП н/к (0.5)	Река разлилась, и к плотине приходится идти в брод (28 км) Фото 4.13	0	0.5

 $J\Pi = 1$ км

Расчёт интенсивности

Эквивалентный пробег по различным типам дорог, км:

Kэп = 1.12

Эквивалентный пробег за локальные препятствия, км:

 $J\Pi\Pi=1$

Протяжённость фактическая, км:

 $L\phi = 399.4$

Продолжительность фактическая, дней: (последний день неполный)

 $T\phi = 6.5$

Протяжённость номинальная, км:

 $L_{\rm H} = 300$

Продолжительность номинальная, дней:

 $T_H = 6$

Интенсивность маршрута:

 $I = (L\phi * K \ni \pi + J\Pi) * TH / (T\phi * LH) = 1.37$

7.2 Автономность маршрута

Продолжительность похода: 148 ч. (7 д.)

Автономность похода: 0.81

Подробный расчёт по временным интервалам:

1. Начало маршрута: 3.06.2023 10:00

Конец временного интервала: 3.06.2023 13:00

Количество часов: 4

Автономность временного интервала: 0.80

2. Приобретение питьевой воды: 3.06.2023 14:00 Конец временного интервала: 4.06.2023 12:00

Количество часов: 23

Автономность временного интервала: 0.80

3. Приобретение питьевой воды, пирогов и мороженного: 4.06.2023 13:00

Конец временного интервала: 5.06.2023 12:00

Количество часов: 24

Автономность временного интервала: 0.80

4. Приобретение питьевой воды, пирогов, мороженого: 5.06.2023 13:00

Конец временного интервала: 6.06.2023 10:00

Количество часов: 22

Автономность временного интервала: 0.80

5. Приобретение питьевой воды, фруктов, пирогов: 6.06.2023 11:00

Конец временного интервала: 7.06.2023 13:00

Количество часов: 27

Автономность временного интервала: 0.83

6. Посещение музея, приобретение питьевой воды, мороженого: 7.06.2023 14:00

Конец временного интервала: 8.06.2023 13:00

Количество часов: 24

Автономность временного интервала: **0.80** 7. Приобретение хлеба: 8.06.2023 14:00

Конец временного интервала: 8.06.2023 19:00

Количество часов: 6

Автономность временного интервала: 0.80

8. Приобретение питьевой воды: 8.06.2023 20:00 Конец временного интервала: 9.06.2023 13:00

Количество часов: 18

Автономность временного интервала: 0.80

7.3 Показатель сложности маршрута

Протяжённые препятствия:

№ n/n	Номер	Наименование	К.т.	Характеристика	1	КТ, баллы	Зачёт по к.т.*
1.	7582	равнинное Заречный	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.45	1
2.	7623	равнинное Воронье	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.48	1
3.	7624	равнинное Уварово	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.62	1
4.	7625	равнинное <u>Нижний</u> Шкафт	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.95	1
5.	7627	равнинное Тюнярь	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.89	1

6.	7628	равнинное Канаевка	1	Асфальт/бетон	принадлежит	1.55	1	
----	------	-----------------------	---	---------------	-------------	------	---	--

Общая сумма баллов за ПП: 9.94

В зачёт идут баллы:

за ПП 1 к.т.: 9

Сумма баллов за ПП:

S = 9

7.4 Категорирование маршрута

Расчёт баллов КС:

KC = S * I * A

КС = 9 * 1.37 * 0.81 = 9.99 баллов

Признак к.с. по баллам КС: 1

Набор ПП:

1 к.т.: 6

Признак к.с. по набору ПП: 1

Определяющие факторы:

Протяжённость фактическая: 399.4 км Эквивалентный пробег по ЛП: 1 км

Продолжительность фактическая: 7 дней

Признак к.с. по протяжённости маршрута: 2

Признак к.с. по продолжительности маршрута: 2

Итоговая к.с.: 1

ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА РОССИИ



МАРШРУТНАЯ КНИЖКА № 1Вел/23

ТУРИСТСКОГО СПОРТИВНОГО МАРШРУТА

Участники настоящего спортивного мероприятия находятся под защитой:

Конституции Российской Федерации Федерального закона №132-ФЗ от 24 ноября 1996 года "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" Федерального закона №339-ФЗ от 04 декабря 2007 года "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" Федерации спортивного туризма России

© Velotrex.ru | RoutelD: 383 | 26.05.2023

20 23

ВНИМАНИЕ!

NIN CE

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Согласно действующему законодательству, туристские группы должны проинформировать службы МЧС России за 10 дней до начала путешествия. Ответственный сотрудник ведомства в субъекте РФ обязан обработать заявку в течение одного рабочего дня, после чего передать сведения в спасательное подразделение, в зоне ответственности которого планируется маршрут. Для этого необходимо:

1. Пройти он-лайн регистрацию туристской группы на сайте: https://forms.mchs.ru/service/registration tourist groups

выбрав отделение МЧС по региону прохождения маршрута.
2. Получить регистра ионный номар группы в миС и

2. Получить регистрационный номер группы в МЧС и сообщить о номере регистрации в региональном отделении МЧС в МКК.

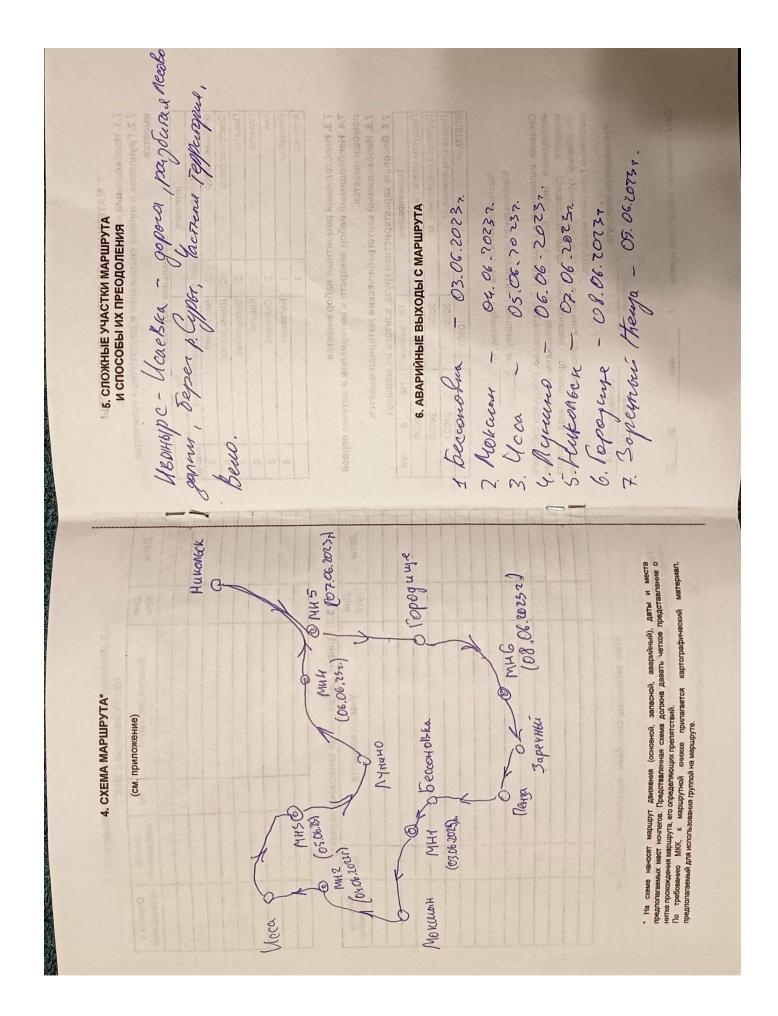
3. Сообщить в территориальный орган МЧС и МКК, а также в случае

участия в официальных соревнованиях в ГСК о выходе на маршрут.
4. По окончании маршрута информировать территориальный орган МЧС в срок и способом, указанном в уведомлении.

7 категории сложности по маршруту: Группа туристов (субъект РФ, муниципальное образование, организация, туристский клуб) Скубашевский П.А. Заречный - Пенза - Бессоновка - Воронье - Мокшан - Исса - Лунино - Н. e-mail: velotur58@gmail.com e-mail: velotur58@gmail.com 2703@yandex.ru Скубащевская Е. О. Скубашевский П.А. человек совершает (Фамилия И.О.) 09.06.2023 Пензенская область маршрут e-mail: Шкафт - Никольск - Городище - Заречный 2 спортивный велосипедный 8 проводящей организации 03.06.2023 Руководитель группы: Тренер/Руководитель тел. 89677019776 тел. 89374445966 тел. 89677019776, Зам. руководителя: M.II. в составе в районе

	2. CO	2. СОСТАВ ГРУППЫ	ПЫ					
фамилия, имя, отчество	F-18 - 6	Дата рождения	Место проживания: Субъект Рф, населенный пункт. Телефон, е-mail	подпись*	Контактные данные родственников или места работы:	Туристский опыт* о указанием районов и к.с. (У - участник, В - кумоновитен.)	Обязанности в группе	Подпись**
Скубашевский Павел Анатольевич	0	07.11.1976	Пензенская область, а. Заречный, 89677019776, velotur58@gmail.com	Plans.	телефон, e-mail 89374445966	2У УПП Ульяновск-Самара, 1Р	Руководитель, штурман	Consultation of the same of th
Скубешевская Елена Олевовна		27.03.1990	Пензенская область, в. Заречный, 89374445966, део2703@yandex.nu	and a	89677019776	Payeuckue Anbribr 1P "Payeückue Anbribl-2"	Зам. руководителя,	In B
Наворнов Никита Александрович	5	19.04.2008	Пензанская обл. /в. Зарячный, 89521916334, Vitaminnegomov@gmait.com	TH	89521016334	19 "Payelickue Anbribi"	Механик	CHA
Ступников Иван Дмитриевич	ьпоог	17.03.2009	Пензенская обл., в. Заречный, 89048524235, stupnikovivan94@gmail.com	Comme	** 89374445966	Велопоход по ПО 3 с.с.	Завхоз	Comma
Еремеев Владимир Иванович	hneo	29.01.2011	Пензенская область, в. Пенза, 89656371385, егетеем /@yandex.ru	OH)	89093157735	Велопоход по ПО 3 с.с.	Эколов	8
Макарёв Алексей Юрьевич	กกอ	11.11.2011	Пензенская область, г. Пенза, 89270912891, аlexel makarev@gmall com	Mah	89273830391	Веполоход по ПО 3 с.с.	Метеоролог	Make
Девяткин Артём Иворевич	hnec	13.05.2011	Пензенская область, С. Чемоданоека, 89968144275, darija./3@gmail.com	Sp.	89968144275	Велопоход по ПО 3 с.с.	фотовраф	A STATE OF THE STA
Шероухова Варвара Александровна	ндровна	19.08.2012	Пензенская область, в. Пенза, 89273862723, knlsty-84@mall.ru	The Park	89273862722	Велопоход по ПО 3 с.с.	Культотра	The state of the s
								-
0	N town	Co	He racuus.	NAC SOLITO				
Water Town	1000	N Shera a	TOTALINE	165 18T				
B	7		papasun.	SONTE MARE				
		the many	ANTREASE	POR MAT				,7
Двю свое фогтасие на обраб едерального закомы Милен	отку, использ	ование и храниен	ие персональных данных, согла	ОНО	• По требованию МКК предъявляются справки	дъявляются справки о прой	о пройденных маршрутах или список ниток	ж ниток
рассмотрания маршрутных и отчетных документов.	-Ф3 от 27.07.2 л отчетных до	2006 года "О персо кументов.	Рассмотрения маршургием и отчетных документов.	х для	маршрутов, пройденных участникв подтверждающие туристский опыт.	стниками и руководителем, за опыт.	маршрутов, пройденных участниквми и руководителем, заверенного МКК или другие материаль; подтверждающие туристский опыт.	ериалы,
"Наличие сп Член МКК	ле справочног	о туристского	"Наличие справочного туристского опыта подтверждаю"	100 Feet	•• Подпись участника под прохождении запланиированн Кодекса путешественника; дг	гверждает его знание об ог ого маршрута; о правах и обя и спортсменов: Правил вида сг	** Подпись участника подтверждает его знание об опасностях для эдоровья и жизни при прохождении запланированного маршрута; о правах и обязанностях участника туристской группы; Кодекса путешественника; для спортоменов: Правил вида спортя "Спортивный туризм", часть 2.	ыни при группы; 5.2.

50 600	391	Участки маршрута	KM	Способы			3.2. Изменения графика движения по маршруту (согласованные с МКК*)	INS TO ME	ршруту	
80 8м0 60 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00 00	Bop	зречеви - рессиновка - Воронье (МН 1) зонье (МН 1) - Мокшан - Укалово (МН 2)	50	6070	Даты	MHZ E	Участки маршрута	KM	Способы	
65 8 800 6 800 6 6 6 2 2 6 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	ye	saposo (MH 2) - Mcca - D. Kymng (MH 3)	20	Вело	02.06.92		1 - " A.S. /2	LAC	инажиянания	+
50 Вало 50	p. Ky	үтля (МН 3) - Лунино - Н. Шкафт (МН 4)	2 2	Вело		1	Hills - a Sonostoff	B 21	Cons	
50 8000 50 8000 3.3. График движения по запасному варианту Даты Дни Пути Участки маршрута Ки Итого активными способами передвижения. З ЭД Ки мирирут согласован (за залисьваем заменения).	H. Wic	кафт (МН 4) - Никольск - Реброека (МН 5)	20 20	Beno	The state of the	-		170	mind	
3.3. График Движения по запасному варианту Даты Дни Мутого активными способами передвижения ЗЯУ ко	GLESSES.	Ребровка (МН 5) - Юпово (МН 6)	50	Beno						
3.3. График движения по запасному варианту Даты Дни участки маршрута Км Пути Участки маршрута Км Итого активными способами передвижения: 3 % км Маршрут согласован баз изменений, то датают запись Баз изменений.	K	Юлово (МН б) - Городище - Заречный	50	Beno						
3.3. График движения по запасному варианту Дни пути Мучастки маршрута Км Мого активными способами передвижения: Мтого активными способами передвижения: Март согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".	Shadishware.			Вело						
3.3. График движения по запасному варианту Дни пути Тути Тут										
3.3. График движения по запасному варианту Дни пути Пути Участки маршрута Км Итого активными способами передвижения: ЗЗЗД ки и внесении изменений, то делают запись "Без изменений".	000									
3.3. График движения по запасному варианту Дни Участки маршрута Км Итого активными способами передвижения: 399 дки и внесении изменений, то делают запись Баз изменений.										
3.3. График движения по запасному варианту Дни тути					10000	S MAS	A STATE OF THE PERSON OF THE P			
пути Участки маршрута Км пе промения в несении изменений, то делают записывают те дни, в которых произведены изменения в э. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения.	San				HE SELL SELL	3.3	. График движения по запа	сному	варианту	
ТОТОТО ВКТИВНЫМИ СПОСОФАМИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ЗУДУКИ МРОТО ВКТИВНЫМИ СПОСОФАМИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ЗУДУКИ МЕРОВИИ ОВРЕДВИЖЕНИЯ ЗУДУВИНЕНИЯ В ЗОТОВИВ В НАМЕНЕНИЯ В ЗОТОВИВЕНИЯ В В ТОТОВИТЕТИИ В Т					Даты	ДНИ	Участки маршрута	0	Kw	Способы
Итого активными способами передвижения. З <i>УУУ</i> км «пршут согласован без изменения в. 32, записывают те дии, в которых произведены изменения. Если мершут согласован без изменений.	un bereite er en					II) III				передвижен
Итого активными способами передвижения: 3 2 записывают те дни, в исторых произведены изменения. Если маршрут согласован баз изменений то делают записы "Баз изменений".										
Итого активными способами передвижения: 3992 км маршрут согласован без изменений; то деласт записы без изменений; то деласт з			(家庭)	-		1				
Итого активными способами передвижения ЗУУ км Три внесении изменений, в. 32. записывают те дни, в исторых произведены изменении. Ести маршрут остгасован без изменений, то делают записы без изменении.						2				
Итого активными способами передвижения. З З У км наршрут остгасован без изменений, то делаот запись Без изменений.										
Итого активными способами передвижения: 399 км маршрут согласован баз изменений. То далагот запись Баз изменений.										
Итого активными способами передвижения. З ЭЭ У КМ (При внесении изменений, то делают записьвают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений. То делают запись "Без изменения".										
Итого активными способами передвижения. <i>З 99.4</i> км маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений.										
Итого активными способами передвижения: 399 км При внесении изменений, в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений. То делают запись "Без изменений."							THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN			
ИТОГО АКТИВНЫМИ СПОСОВАМИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ: \$ 99 Д КМ маршрут согласован без изменений, то делают "Без изменений".							SAME STANDARDS MADE			
Итого активными способами передвижения: 399 км маршрут согласован без изменений, то делают "Без изменений".							ALTERA			
Итого активными способами передвижения: 399 км • При внесении изменений в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".										
Итого активными способами передвижения: \$994км • При внесении изменений в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".										
Итого активными способами передвижения: 399 км • При внесении изменений в. 3.2, записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".										
Итого активными способами передвижения: 399 / км • При внесении изменений в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".										
 При внесении изменений в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений." 							Итого активными способами г	передви	399	From S
• При внесении изменений в. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".	SHEDT DAMES	TOPPER MANUAL HOUSENAME AND	N. Desg	The state of the s						1
маршрут согласован без изменений, то делают запись "Без изменений".	Will Denie Of	Control of the Contro	The state of the s	CHROSTI A	• При внес	рении изме	нений в. 3.2. записывают те дни, в к	оторых п	оизведены изме	ения, Если
					маршрут о	огласован	без изменений, то делают запись "Без и	зменений	Strange and	



7. МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ГРУППЫ

7.1. Необходимый набор продуктов питания имеется. 7.2. Групповое и личное снаряжение в достаточном количестве

имеется.

Cne	циальное	Специальное снаряжение	S. Contraction	
Групповое		Личное		
Наименование	Кол-во	Наименование	Кол-во	
GPS-навиватор	2	Велосипед	8	
Средства связи	10	Шлем (каска)	8	
Папатка	2	Велорюкзак	8	
Горелка	2	Коврик	8	
Кан	2	Спальник	8	
Ремнабор	1	Багажник	80	
Аптечка	1			

7.3. Необходимый ремонтный набор имеется.

7.4. Необходимый набор лекарств и материалов в аптечке первой помощи имеется.

7.5. Необходимый картографический материал имеется.

7.6. Весовые характеристики груза, взятого на маршрут

Наименование	На 1 человека	Ha 8	чел.
Продукты (всего / в день),кг	4500/ 450	00098	00
оупровое снаряжение. Кг	3000	24000	000
Пишое снаражение кт	3000	24000	000
DCELO ur	10500	840	84000
מכוו ס' או			

Максимальная нагрузка на 1 мужчину, кг. $\frac{70,340}{6.370}$ Максимальная нагрузка на 1 женщину, кг. $\frac{7.370}{10.370}$

Сведения, изложенные в разделах 1-7, подтверждаю. Обязуемся соблюдать необходимые меры безопасности при прохождении запланированного маршрута, руководствоваться требованиями правил вида спорта «спортивный туризм» (Часть 2) и Регламента организации и прохождения спортивных туристских маршрутов

Скубашевский П.А.	20 23
Contractor of the contractor o	нижии 3 мая
Руководитель маршрута	Пата заполнения маршрутной книжки

овтине в. ходатайство мкк

комиссии (наименование ходотайствующей МКК) рассмотреть заявочные материалы и дать по ним своё заключение. Предеврительное рассмотрение проведено в нашей МКК Предеврительное рассмотрение проведено в нашей МКК Председатель МКК (подпись) (Фамилия И.О.) Каррес МКК: Тем факс:		олномочий у маршрутно	В связи с отсутствием полномочий у маршрутно-квалификационной просим Вас
рассмотреть заявочные материалы и дать по ним своё заключение. Предварительное рассмотрение проведено в нашей МКК Председатель МКК (подпись) (фамилия И.О.) Председатель МКК (подпись) (фамилия И.О.)		ювание ходотайствующей МК	
Theaceaaten MKK (Inquine) (Inqu	рассмотреть заявочные мате) Предварительное рассмотрен	малы и дать по ним свс іие проведено в нашей і	ключение.
TO THE THE STATE STATE OF THE TOTAL OF THE STATE OF THE S	MORTOLOGIC NY POT LATER	являем (20ментав А.П. быховые духо	яс ыквидетви вледтов
TESTAGO (NOGINGE) SPECIOL (NOGI		(ON SMILWES)	
HINGOTSTEN ROHIBIOGREE (H. LEST TEST SOOD SH.) TO (STOTE BLOOD) TAGLIGENIA METORICAL MANITONICAL TENERO SHIPTING BOND HAST (AST TO FER ON TO SHE TONES SHIPTING THE WANTES SHOWN TO SHE TONES SHIPTING THE WANTES SHOWN TONES SHIPTING THE WANTES SHIPTING TONES SHIPTING TO SHIPT	Председатель МКК	200	(Фамилия И.О
Appec MKK: STYGLIGER MTGCHXGTS NOTSENHIKET (FERTITIES OF THE CANDIDARY) TEYETTERTOD MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY TENTONE MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY TENTONE MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY TO THE MENT OF THE MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY TO THE MENT OF THE MITTINGT SOMMITTER THE MENT OF THE MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY TO THE MENT OF THE MITTINGT SOMMITTER THE CANDIDARY OF THE MITTINGT SOMMITTER SOMMITTER THE MITTINGT SOMITTER THE MITTINGT SOMMITTER THE MITTINGT SOMMITTER THE MITTINGT	индотатей йониензяве (B) 6. (HS CODESSELLED)	Mapulgyt coorderer
AND THE TAKEN BONDS THE PART OF THE PART O	ватствуют маршруте	тородителя туппе соот	Typica wind other py (recently serior set)
MEN SETO SHI TORRESPONDIALEN STEM MEN MEN MEN MEN MEN MEN MEN MEN MEN M		ветингов группы сооты	באטיאפונינאלי (אש בסטיאפונינאלי)
MEN	AKC: HALLISTING TOWN	SET CHEPSTO IN	SANBOHHME MATERIA
WE ISHAU.	e-mail:		MANHEBOORDE
	Ф.И.О. председателя МКК:		Moynus same savor

11. ЗАКЛЮЧЕНИЕ МАРШРУТНО-КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КОМИССИИ прохождении 20 237. Заключение МКК действительно при условии соблюдения участниками группы ограничительных мер, введённых органами государственной спасательной службой района маршрута (ПСС, ПСО), адреса консульств – 10. РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ ГРУППЫ НА МЕСТНОСТИ ный/устный, объём, расчёт к.с. и т.п.) власти по месту проживания участников, в районе проведения маршрута, а также при переезде к началу маршрута и после его Адреса и реквизиты для связи с региональным органом МЧС, поисково-(Фамилия И.О.) имеет (не имеет) положительное заключение МКК о Скубашевский П.А. (Фамилия И.О.) (фамилии И.О. участников) nechusermon (фамилия И.О.) 20 завершения. для маршрутов вне территории России: (подпись) Срок сдачи отчёта о маршруте до Группа под руководством Требования к отчёту: по следующим вопросам: Результаты проверки: место проведения: Проверяющий Группа в составе Особые указания: прошла проверку руководитель: участники: Группе назначается (не назначается) контрольная проверка на местности Маршрут соответствует (не соответствует) заявленной категории рассмотрела материалы заявляемого маршрута группы под руководством Заявочные материалы отвечают-(не отвечают) установленным 9. РЕЗУЛЬТАТЫ РАССМОТРЕНИЯ В МАРШРУТНО-(не соответствует) технической сложности маршрута. (не соответствует) технической сложности маршрута. Гуристский опыт руководителя группы соответствует Туристский опыт участников группы соответствует квалификационной комиссии (где, когда, по каким вопросам) Скубашевский П.А. Маршрутно-квалификационная комиссия и считает, что (ненужное зачеркнуть): 4740 Другие замечания: требованиям с участием в составе 5

13. РЕГИСТРАЦИЯ В ТЕРРИТОРИАЛЬНОМ ОРГАНЕ МЧС (Приказ МЧС №42 от 30.01.2019 года) Регистрецирный номер: Дополнительные отметки:	Штами ПСС (ПСО) (при наличии) (при наличии) 14. РЕШЕНИЕ МКК О ЗАЧЁТЕ МАРШРУТА	Пройденный группой велосипедный маршрут под руководством (вид туризма/маршрута) Скубашевский Л.А. оценен категорией сложности. (Фамития и.О.) Справки выданы в количестве штук.	Председатель МКК (подтись) (фамилия И.О.) Штамп МКК	
12. КОНТРОЛЬНЫЕ ПУНКТЫ И КОНТРОЛЬНЫЕ СРОКИ ТО прохождении маршрута группа должна сообщить: 1. (кому) SMS по тел: e-mail: e-mail: sms по адресу: (кому) SMS по тел: e-mail: e-mail: sms по адресу:	из до « » 20 из до « » 20 Связь с группой на маршруте: номер тел: 89677019776 Время сеанса связи: 20:00 89273626056 Номер телефона координатора группы: 20:00 е-таі координатора группы: zarbelozerov@gmail.com	Председатель МКК (прамись) (Фамигия И.О.) Члены МКК (подпись) (Фамигия И.О.) (подпись) (Фамигия И.О.)	Судья по виду: Знание антидопинговых правил проверено, страховые полисы предъявлены, меддопуск имеется. Группа допущена к соревнованиям. (статус и наименование соревнований) (подписы) (фамилия И.О.)	When with the party and contract strong stro