

378. Выберыце дробы, якія можна прадставіць у выглядзе канечных дзесятковых дробаў:  $\frac{1}{8}$ ;  $\frac{2}{3}$ ;  $\frac{4}{25}$ ;  $\frac{2}{9}$ ;  $\frac{7}{5}$ ;  $\frac{3}{4}$ ;  $\frac{7}{15}$ .

379. Прадстаўце ў выглядзе дзесятковага дробу лікі:

а)  $\frac{3}{5}$ ;  $2\frac{3}{8}$ ;                      б)  $\frac{9}{16}$ ;  $3\frac{3}{125}$ .

380. Знайдзіце значэнне выразу:

а)  $2\frac{1}{2} + 1,5$ ;                      б)  $3,5 : 2\frac{1}{3}$ .

381. Адно з двух складаемых роўнае 64,5, што складае 0,6 іх сумы. Знайдзіце другое складаемае.



Лодка рухаецца па рацэ супраць цячэння. У той момант, калі яна была пад мостам А, з яе скінулі выратавальны круг, а праз 15 мін лодка развярнулася і дагнала выратавальны круг пад мостам В. Знайдзіце скорасць цячэння ракі, калі адлегласць паміж мастамі роўная 1 км.

## § 10. Пераўтварэнні лікавых выказаў са звычайнымі і дзесятковымі дробамі

Пры выкананні сумесных дзеянняў у лікавых выказах са звычайнымі і дзесятковымі дробамі можна пераўтварыць выраз і атрымаць яго значэнне некалькімі спосабамі. Разгледзім прыклады пераўтварэнняў у некаторых часта сустракаемых сітуацыях.



**Прыклад 1.** Знайдзіце значэнне выразу:  $\frac{2,35}{0,05}$ .

*Першы спосаб.* Мы ведаем, што дроб можна замяніць дзеллю:

$$\frac{2,35}{0,05} = 2,35 : 0,05.$$

А зараз виконаем дзяленне па правілах дзялення на дзесятковы дроб:

$$2,35 : 0,05 = 235 : 5 = 47.$$

*Другі спосаб.* Скарыстаемся асноўнай уласцівасцю дробу і памножым лічнік і назоўнік на разрадную адзінку (перанясём коску) так, каб у лічніку і назоўніку атрымаліся цэлыя лікі. У прыкладзе  $\frac{2,35}{0,05}$  перанясём коску ўправа на два знакі, атрымаем:

$$\frac{2,35}{0,05} = \frac{235}{5} = \frac{235:5}{5:5} = \frac{47}{1} = 47.$$



**Прыклад 2.** Знайдзіце значэнне выразу:

$$2\frac{1}{4} \cdot 4,4.$$

*Першы спосаб.* Запішам звычайны дроб у выглядзе дзесятковага і виконаем множанне па правіле множання дзесятковых дробаў:

$$2\frac{1}{4} \cdot 4,4 = 2,25 \cdot 4,4 = 9,9.$$

*Другі спосаб.* Применім правіла множання і скарачэння звычайных дробаў:

$$2\frac{1}{4} \cdot 4,4 = \frac{9}{4} \cdot 4,4 = \frac{9 \cdot 4,4 : 4}{4 : 4} = \frac{9 \cdot 1,1}{1} = 9,9.$$

*Трэці спосаб.* Запішам дзесятковы дроб у выглядзе звычайнага і виконаем множанне па правіле множання звычайных дробаў:

$$2\frac{1}{4} \cdot 4,4 = 2\frac{1}{4} \cdot 4\frac{4}{10} = \frac{9}{4} \cdot 4\frac{2}{5} = \frac{9 \cdot 22 : 2}{4 \cdot 5 : 2} = \frac{99}{10} = 9,9.$$



**Прыклад 3.** Знайдзіце значэнне выразу:

$$2\frac{1}{3} + 5,2.$$

Для виканання дзеяння трэба другое складаемае прадставіць у выглядзе звычайнага дробу, паколькі

першае пераўтвараецца ў бясконцы дзесятковы дроб, а правіламі дзеяння з бясконцамі дробамі мы скарыстацца не можам. Гэтыя правілы вивучаюцца ў старшых класах.

Атрымаем:

$$2\frac{1}{3} + 5,2 = 2\frac{1}{3} + 5\frac{2}{10} = 2\frac{1 \cdot 5}{3 \cdot 5} + 5\frac{1 \cdot 3}{5 \cdot 3} = 7\frac{8}{15}.$$



**Прыклад 4.** Знайдзіце значэнне выразу:

$$2\frac{1}{2} + 5,2 - 1\frac{3}{4}.$$

*Першы спосаб.* Запішам звычайныя дроби ў выглядзе дзесятковых, паколькі іх лёгка прадставіць дзесятковымі дробамі:

$$2\frac{1}{2} + 5,2 - 1\frac{3}{4} = 2,5 + 5,2 - 1,75 = 5,95.$$

*Другі спосаб.* Запішам дзесятковыя дроби ў выглядзе звычайных і выканаем дзеянні са звычайнымі дробамі:

$$\begin{aligned} 2\frac{1}{2} + 5,2 - 1\frac{3}{4} &= 2\frac{1 \cdot 10}{2 \cdot 10} + 5\frac{1 \cdot 4}{5 \cdot 4} - 1\frac{3 \cdot 5}{4 \cdot 5} = \\ &= 5 + \frac{20 + 10 + 4 - 15}{20} = 5\frac{19}{20} = 5,95. \end{aligned}$$

Разгледзім выразы, якія змяшчаюць некалькі дзеянняў.



**Прыклад 5.** Знайдзіце значэнне выразу:

$$\frac{0,6 \cdot 2\frac{1}{3}}{4,75 + 1\frac{1}{4}}.$$

*Першы спосаб.* Выканаем паслядоўна дзеянні, запісваючы іх вынікі ланцужком:

$$\frac{0,6 \cdot 2\frac{1}{3}}{4,75 + 1\frac{1}{4}} = \frac{0,6 \cdot 2\frac{1}{3}}{4,75 + 1,25} = \frac{0,6 \cdot \frac{7}{3}}{6} = \frac{0,1 \cdot \frac{7}{3}}{1} = \frac{1}{10} \cdot \frac{7}{3} = \frac{7}{30}.$$

*Другі спосаб.* Запішам дроб у выглядзе дзелі і выканаем вылічэнні па дзеяннях:

$$\frac{0,6 \cdot 2\frac{1}{3}}{4,75 + 1\frac{1}{4}} = \left(0,6 \cdot 2\frac{1}{3}\right) : \left(4,75 + 1\frac{1}{4}\right).$$

$$1) 0,6 \cdot 2\frac{1}{3} = \frac{6}{10} \cdot \frac{7}{3} = \frac{7}{5};$$

$$2) 4,75 + 1\frac{1}{4} = 4,75 + 1,25 = 6;$$

$$3) \frac{7}{5} : 6 = \frac{7}{5} : 6 = \frac{7}{5} \cdot \frac{1}{6} = \frac{7}{30}.$$



**Вывад:** пры вылічэннях значэнняў выразаў трэба папярэдне выканаць аналіз кампанентаў дзеянняў і вызначыць магчымасць выканання дзеянняў па тым ці іншым правіле, а затым выбраць найбольш зручны спосаб вылічэння.



**382.** Замяніце дроб дзеллю і выканайце дзяленне па правіле дзялення на дзесятковы дроб:

$$а) \frac{1,8}{1,2}; \frac{2,25}{1,5}; \frac{1,05}{1,5}; \quad б) \frac{6,4}{1,6}; \frac{0,25}{6,25}; \frac{0,8}{0,05}.$$

**383.** Выканайце скарачэнне і знайдзіце значэнне выразу:

$$а) \frac{3,6}{0,4}; \frac{0,48}{0,8}; \frac{2,4}{0,016}; \quad б) \frac{1,2}{0,15}; \frac{1,48}{2,4}; \frac{0,72}{0,018}.$$

**384.** Выканайце аналіз кампанентаў дзеянняў і выберыце найбольш зручны спосаб вылічэння:

$$а) \frac{3}{5} + 0,8; 2,5 - 1\frac{1}{3}; \frac{2}{5} \cdot 3,5;$$

$$б) 0,9 + \frac{5}{9}; 4,5 - \frac{5}{8}; 5,6 : 1\frac{1}{13}.$$

**385.** Які з двух лікаў большы:

$$а) 9\frac{8}{25} \text{ або } 9,825; \quad б) 24,45 \text{ або } 24\frac{4}{5}?$$

**386.** Перанясіце коскі ў адпаведных множнаках лічніка і назоўніка, выканайце скарачэнне і знайдзіце значэнне выразу:

а)  $\frac{0,8 \cdot 7,5}{0,4 \cdot 2,5}$ ;                      в)  $\frac{7,2 \cdot 0,58}{0,29 \cdot 0,24}$ ;

б)  $\frac{2,7 \cdot 0,48}{0,12 \cdot 0,9}$ ;                      г)  $\frac{6}{0,1}$ .

**387.** Параўнайце значэнні выказаў:

а)  $\frac{4 \cdot 15}{6 + 15}$  і  $\frac{5 \cdot 0,3}{0,9}$ ;                      б)  $\frac{0,3 + 12}{4,5 \cdot 0,9}$  і  $\frac{0,06 \cdot 2,5}{0,7 - 0,67}$ .

**388.** Устанавіце парадак дзеянняў і выканайце дзеянні з дробамі:

а)  $1,03 \cdot (42,144 : 0,3 - 112,08) + 1,261$ ;

б)  $26 \cdot 90,8 + 61,098 : (13,01 - 1,8 \cdot 3,9)$ ;

в)  $90,7 \cdot 19 - 40,994 : (8,91 - 2,9 \cdot 1,7)$ ;

г)  $\frac{28,4 \cdot 2,5 - 1,34}{108 : 1,5 + 6,3 : 0,28}$ .

**389.** Рашыце ўраўненні, выкарыстоўваючы законы арыфметычных дзеянняў:

а)  $5,37x + 4,63x = 34,3$ ;

б)  $8,52x - 3,52x = 2,5$ .

**390.** Выканайце аналіз кампанентаў дзеянняў і знайдзіце значэнне выразу:

а)  $\left(3\frac{5}{6} - 2\frac{3}{4}\right) : \frac{7}{12} + 8,5$ ;

б)  $\left(1\frac{1}{3} : \frac{2}{3} - 0,12 : \frac{1}{2}\right) \cdot 0,5$ ;

в)  $\left(16,2 - 1\frac{14}{15}\right) : \left(1\frac{5}{7} + 3\frac{8}{21}\right)$ ;

г)  $6\frac{3}{4} + 6\frac{1}{4} \left(2,0625 \cdot \frac{4}{25} + 6,72 : 6,4\right)$ .

**391.** Рашыце ўраўненні, выкарыстоўваючы залежнасці паміж кампанентамі дзеянняў і алгарытм:

а)  $(x + 1,7) - 6,02 = 10,4$ ;

б)  $80,6 - (x + 1,26) = 63,4$ ;

в)  $(39,38 - x) : 9 = 4,02$ ;  
г)  $5,04 : (104,2 - x) = 1,2$ .

**392.** Рашыце ўраўненні, выкарыстаўшы залежнасці паміж кампанентамі дзеянняў і алгарытм:

а)  $67,2 : (32,8 - 2x) = 12$ ;

б)  $86,4 : (35,5 - 7x) = 16$ .

### Рашыце задачы:

**393.** З 4,8 м лёскі Саша зрасходаваў 0,35 м лёскі на рамонт сваёй вуды, а  $\frac{2}{5}$  м лёскі перадаў сябру. Колькі метраў лёскі засталася ў Сашы?

**394.** Школа атрымала па заказе 9 планшэтаў, што склала 0,125 усяго заказа. Колькі яшчэ планшэтаў павінна атрымаць школа?

**395.** У заводскую сталовую даставілі 0,96 т гародніны. У першы дзень зрасходавалі 0,35 т усёй гародніны, а ў другі — на  $\frac{1}{16}$  т больш. Колькі тон гародніны засталася?

**396.** Каб паспець на трэніроўку, Тані трэба зрабіць урокі за 1 г 45 мін. На матэматыку яна затраціла  $\frac{1}{3}$  усяго часу, на беларускую мову — 0,2 усяго часу, а 49 мін яна вучыла гісторыю. Ці паспела Таня на трэніроўку?

**397.** Школьнікі пасадзілі ў парку дрэвы: 24 дубы, а таксама ліпы, бярозы і каштаны. Колькасць ліп складае 0,75 ліку дубоў, колькасць бяроз —  $\frac{20}{21}$  агульнай колькасці дубоў і ліп разам, а колькасць каштанаў — 0,625 колькасці бяроз. Колькі ўсяго дрэў розных парод пасадзілі школьнікі ў парку?

**398.** Брат і сястра сабралі разам 10,2 кг грыбоў. Брат сабраў на 1,52 кг грыбоў больш, чым

сястра. Колькі кілаграмаў грыбоў сабралі яны паасобку?

**399.** У дзвюх будаўнічых брыгадах 88 чалавек. У першай брыгадзе ў 1,75 раза менш людзей, чым у другой. Колькі чалавек у кожнай брыгадзе?

**400.** Сума двух лікаў 7,2, прычым  $\frac{5}{7}$  большага ліку роўныя меншаму ліку. Знайдзіце гэтыя лікі.

**401.** Сярэдняе арыфметычнае трох лікаў роўнае 12. Знайдзіце гэтыя лікі, калі першы лік у 2,5 раза большы за другі, а другі — у  $1\frac{1}{2}$  раза большы за трэці.

**402.** У трох кнігах 680 старонак. Колькасць старонак у другой кнізе складае 0,6 колькасці старонак у першай, а колькасць старонак у трэцяй кнізе —  $\frac{2}{3}$  колькасці старонак у першай. Колькі старонак у кожнай кнізе?



**403.** Расстаўце дужкі ў левай частцы так, каб роўнасць стала правільнай:

а)  $59 - 38,5 + 1,5 = 19$ ;

б)  $1,5 \cdot 0,5 - 0,1 : 0,2 = 0$ .

**404.** Прымяніце правіла множання ліку на разрадную адзінку і выканайце множанне:

$0,42 \cdot 100$ ;       $0,3 \cdot 100$ ;       $0,009 \cdot 100$ .

$6,5 \cdot 100$ ;       $5,02 \cdot 100$ ;

**405.** Прымяніце правіла дзялення ліку на разрадную адзінку і выканайце дзяленне:  $8,2 : 100$ ;  $35,2 : 100$ ;  $9 : 100$ ;  $0,7 : 100$ ;  $46 : 100$ .

**406.** Прывядзіце дробы да назоўніка 60 і выразіце ў хвілінах:  $\frac{1}{6}$  г;  $\frac{5}{12}$  г;  $\frac{7}{10}$  г;  $\frac{3}{5}$  г.

**407.** Прывядзіце дробы да назоўніка 100:

а)  $\frac{1}{2}$ ;  $\frac{11}{25}$ ;  $\frac{43}{50}$ ;

б)  $\frac{2}{5}$ ;  $\frac{9}{20}$ ;  $\frac{3}{4}$ .

## Рашыце задачы:

408. Адзін веласіпедыст можа праехаць адлегласць паміж аграгарадкамі за 1,6 г, а другі — за 2,5 г. Аднойчы веласіпедысты адначасова адправіліся насустрач адзін аднаму. Праз які час яны сустрэліся? (Адказ акругліце да 0,1 г.)
409. На спаборніцтвах адзін спартсмен плыве са скорасцю 1,75 м/с, а другі — са скорасцю 1,5 м/с. Праз колькі секунд пасля старту першы плывец абгоніць другога на 7 м?



### Правер сябе!

У якіх выпадках не заўсёды можна атрымаць вынік дзеяння ў выглядзе канечнага дзесятковага дроби, пераходзячы ад звычайных дробаў да дзесятковых:

- а) пры складанні дзесятковых дробаў;
- б) пры складанні звычайных і дзесятковых дробаў;
- в) пры адніманні дзесятковых дробаў;
- г) пры адніманні звычайных і дзесятковых дробаў?



410. Замяніце дроб дзеллю і выканайце дзяленне па правіле дзялення на дзесятковы дроб:

а)  $\frac{2,1}{0,3}$ ;  $\frac{0,56}{0,7}$ ;  $\frac{0,6}{0,015}$ ;      б)  $\frac{4,2}{0,7}$ ;  $\frac{0,45}{0,9}$ ;  $\frac{0,9}{0,015}$ .

411. Перанясіце коску ў лічніку і назоўніку дроби, выканайце скарачэнне і знайдзіце значэнне выразу:  $\frac{8,4}{2,4}$ ;  $\frac{0,75}{1,5}$ ;  $\frac{7,2}{0,24}$ ;  $\frac{7,5}{2,5}$ ;  $\frac{1,44}{1,2}$ ;  $\frac{9,6}{0,012}$ .

412. Перанясіце коскі ў адпаведных множніках лічніка і назоўніка, выканайце скарачэнне і знайдзіце значэнне выразу:

а)  $\frac{1,6 \cdot 33}{4 \cdot 1,1}$ ;      б)  $\frac{3,2 \cdot 18}{0,6 \cdot 16}$ ;      в)  $\frac{0,75 \cdot 12 \cdot 0,055}{0,02 \cdot 2,5 \cdot 0,099}$ .



**413.** Выканайце аналіз кампанентаў дзеянняў і выберыце найбольш зручны спосаб вылічэння:

$$1\frac{2}{5} + 0,52; \frac{4}{7} - 0,4; 2,5 : 1\frac{2}{3}; 1\frac{1}{15} + 1,15;$$

$$4\frac{11}{16} - 2,729; 1\frac{2}{7} \cdot 3,5.$$

**414.** Выканайце дзеянні:

а)  $1,02 \cdot (3,785 + 1,217 : 0,2) - 0,6434;$

б)  $0,296 + 0,105 \cdot (19,526 : 3,25 - 1,208).$

**415.** Выканайце аналіз кампанентаў дзеянняў і знайдзіце значэнне лікавага выразу:

а)  $2\frac{1}{7} \cdot \left(2\frac{1}{3} + 2\frac{2}{15}\right) - 8,8;$

б)  $\left(2\frac{2}{3} \cdot \frac{3}{8} - 0,12 \cdot \frac{1}{2}\right) : 0,4;$

в)  $\left(4\frac{5}{12} + 1,75\right) : \left(6\frac{2}{15} - 1,2\right);$

г)  $12\frac{13}{20} - \left(3\frac{3}{4} : 3 + 86,45 : 24,7\right) \cdot 2\frac{2}{5}.$

**416.** Рашыце ўраўненне:

а)  $(39,4 - x) + 2,004 = 27,03;$

б)  $(y - 0,18) \cdot 0,2 = 3;$

в)  $7,03 : (x + 1,4) = 1,9;$

г)  $7,3x - 2,4 = 107,1.$

**417.** У кросе прымалі ўдзел 45 школьнікаў, што склала 0,6 усіх шасцікласнікаў школы. Колькі шасцікласнікаў не ўдзельнічала ў кросе?

**418.** Знайдзіце здабытак трох лікаў, калі першы роўны  $\frac{6}{7}$ , другі складае  $\frac{7}{18}$  ад першага, а трэці — 0,2 ад сумы першага і другога.



Пераканайцеся, выкарыстоўваючы інфармацыю з іншых крыніц, што 1 міля = 1,60934 км. Выразіце ў кіламетрах: 15,6 мілі, 234,004 мілі; 0,136 мілі; 0,136 мілі.

Выразіце ў мілях: 2,3 км; 0,7 км; 4,05 км.  
Для вылічэння можна акругліць лік 1,60934 да дзясятых.

## § 11. Тэст для самаправеркі

Пасля вывучэння гэтага раздзела я павінен:

1. Умець выконваць параўнанне дзесятковых дробаў.

2. Умець акругляць дзесятковыя дроби.

3. Умець запісваць звычайныя дроби ў выглядзе дзесятковых дробаў і дзесятковыя дроби ў выглядзе звычайных.

4. Умець выконваць дзеянні складання і аднімання дзесятковых дробаў.

5. Умець выконваць дзеянні множання і дзялення дзесятковых дробаў.

6. Умець выконваць множанне і дзяленне дзесятковага дроби на разрадную адзінку:

а) 10; 100; 1000 і г. д.;

б) 0,1; 0,01; 0,001 і г. д.

7. Умець прымяняць законы арыфметычных дзеянняў для спрашчэння вылічэнняў з дзесятковымі дробамі.

8. Выконваць пераўтварэнні лікавых выказаў са звычайнымі і дзесятковымі дробамі.

9. Рашаць задачы з выкарыстаннем дзесятковых дробаў.

### Тэст

1. У якім выпадку параўнанне лікаў выканана няправільна:

а)  $0,9 > 0,899$ ;

в)  $2,08 > 2,2$ ;

б)  $6,05 < 6,1$ ;

г)  $3,6 < 3,601$ ?

Выберыце правільны адказ.

2. Лік 436,173 округлілі: 1) да дзясятых; 2) да дзясяткаў. Выберыце правільны адказ:

а) 436,1; б) 44; в) 440; г) 436,2.

3. Якія з наступных лікаў:

а) 0,6; в) 1,5; д)  $\frac{3}{2}$ ;

б)  $\frac{1}{20}$ ; г) 0,05; е)  $\frac{3}{5}$  роўныя?

4. Якія з двух вынікаў дзеянняў:

а)  $3,5601 : 100$  і  $3,5601 \cdot 0,1$ ;

б)  $3,5601 : 0,01$  і  $3,5601 \cdot 0,1$ ;

в)  $3,5601 : 0,001$  і  $3,5601 \cdot 100$ ;

г)  $3,5601 : 0,001$  і  $3,5601 \cdot 1000$  роўныя?

5. Знайдзіце значэнне выразу:

$1,5 : 0,003 - 1,2 \cdot 0,005$ .

Выберыце правільны адказ:

а) 496,6; в) 499,96;

б) 4,994; г) 499,994.

6. Знайдзіце дробавы лік з найменшым назоўнікам дробавай часткі, заключаны паміж лікам 12 і значэннем выразу  $(12\frac{2}{3} + 0,7 - 12,7) : 0,05$ .

Выберыце правільны адказ:

а)  $12\frac{2}{3}$ ; б)  $13\frac{2}{3}$ ; в) 12,5; г)  $13\frac{1}{3}$ .

7. Якія з наступных дробаў можна прадставіць у выглядзе канечнага дзесятковага дробу:

а)  $\frac{2}{75}$ ; б)  $\frac{3}{75}$ ; в)  $\frac{8}{235}$ ; г)  $\frac{12}{36}$ ?

8. Два басейны ў спартыўным комплексе маюць агульны аб'ём  $1005,46 \text{ м}^3$ . Аб'ём большага басейна на  $275,22 \text{ м}^3$  большы за аб'ём меншага. Які аб'ём меншага басейна:

а)  $365,22 \text{ м}^3$ ; в)  $365,12 \text{ м}^3$ ;

б)  $365,02 \text{ м}^3$ ; г)  $365,32 \text{ м}^3$ ?

9. У першы дзень выставу робататэхнікі наведалі 2145 чалавек, што склала 0,2 наведвальнікаў другога дня і 0,3 наведвальнікаў трэцяга дня. Колькі ўсяго было наведвальнікаў на выставе, якая доўжылася тры дні:

- а) 17 875;                      в) 20 020;  
б) 7150;                         г) 10 725?

## § 12. Матэматыка вакол нас

1. Глыбіня ракі — 5,78 м. Пáля для будаўніцтва моста забіта на глыбіню 2,1 м. Яна ўзвышаецца над паверхняй вады на 5,41 м. Якая вышыня пáлі?

2. Плошча нацыянальнага парку «Нарачанскі» — 87 000 га, парку «Браслаўскія азёры» — на 22 506,7 га меншая. Якая плошча «Браслаўскіх азёр»?

3. З Брэста і Мінска насустрач адна адной адначасова выйшлі дзве маршруткі. Скорасць першай — 85,7 км/г, а другая праязджае за 1 г на 4,58 км больш, чым першая. Якая адлегласць будзе паміж маршруткамі праз 2,5 г, калі адлегласць ад Брэста да Мінска 348,1 км?

4. У скверы засеялі газоннай травой участак зямлі. На кожны квадратны метр зямлі патрабуецца 2,8 г насення па цане 8,25 р. за 1 кг. Колькі будзе каштаваць засеў 1,02 га зямлі, калі кошт работ складзе 0,4 кошту насення?

5. У 100 г чорных парэчак змяшчаецца прыкладна 250 мг вітаміну С. Суточная норма вітаміну С для дарослага чалавека складае 70 мг. У адной упакоўцы змяшчаецца 10 таблетакаў па 0,025 г вітаміну С у кожнай. Якую найменшую колькасць упаковак вітамінаў трэба купіць на зіму (снежань, студзень, люты) сям'і з трох чалавек, якая нарыхтавала 5 кг чорных парэчак, калі не ўлічваць іншыя крыніцы вітаміну С?