

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

7-11 лет

Наименование продукта	Норма на 1 реб., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Хлеб ржаной	80	50	66	50	60	70	60	82	59	50	78	625	63	-17	78	3,8	0,8	25,1	123,2
Хлеб пшеничный	150	80	99	87	92	80	90	80	91	88	109	896	90	-60	60	7,2	1,2	70,6	321,9
Мука пшеничная	15	4,7	2,2	4,8	56,1		4,2	9,9	2,3	4,5	55	143,7	14,4	-0,6	96	1,5	0,1	9,8	46,6
Крупа (злаки), бобовые	45	36,5	23,6	4,7	73,8	105,3	31,9		61,2	61,2	16	414,2	41,4	-3,6	92	4,4	0,8	26,1	129,0
Макаронные изделия	15		49,3					50,3			43,5	143,1	14,3	-0,7	95	1,5	0,2	9,8	46,9
Картофель	187	40	21,6	190,8	182,9	36	146,3		204	81	93,4	996	99,6	-87,4	53	2,0	0,4	15,7	74,4
Овощи разные, зелень	280	353	115,4	139,6	172,4	115,4	105	317	123,8	125,2	166,3	1733,1	173,3	-106,7	62	2,7	0,6	10,3	60,1
Фрукты свежие	185	100	100	127	100	20		133	167	100	120	967	97	-88	52	0,6	0,3	8,6	42,8
Фрукты сухие	15	18		20	18					27		83	8,3	-6,7	55	0,2	0,1	3,2	16,9
Соки фруктовые (овощные)	200	200	200			200	200		200		200	1200	120	-80	60	0,4	0,1	14,3	60,1
Мясо	70	94,8	14	12,2	88,7	13,1	14	71	50,1	85,1	13,5	456,5	45,7	-24,3	65	8,2	7,0		96,5
Субпродукты (печень, язык, сердце)	30						89					89	9	-21	30	1,5	0,3		10,9
Птица	35			67,5		134					74	275,5	27,6	-7,4	79	4,9	4,9		63,6
Рыба	58	25	59,4		37,1				90,4		50	261,9	26,2	-31,8	45	3,3	0,2		15,0
Молоко, молочная и кисломолочная продукция	300	297	390	340	315	195	359	290	100	431	226	2943	294	-6	98	9,2	7,0	18,7	179,1
Творог	50		22	71				22		68		183	18	-32	37	3,7	2,1	5,2	55,2
Сыр	10	15		15		10		15			32	87	8,7	-1,3	87	2,0	2,5		31,1
Сметана	10		7,6	12	11,2		15,6	10,1	10,2	11	10,7	88,4	8,8	-1,2	88	0,3	1,5	0,4	20,2
Масло сливочное	30	19,1	20,9	19,1	14,4	16,8	25,1	19,9	18,4	24,5	18,3	196,5	19,7	-10,3	66		15,9	0,1	143,4
Масло растительное	15	9,6	18,6	9	25,1	7,6	13,8	12,6	13	1,8	19,6	130,7	13,1	-1,9	87		12,7		114,5
Яйцо	40			3,2	4,3					13,6	2,9	24	2,4	-37,6	6	0,3	0,2		3,6
Сахарный песок	30	35,6	16,4	28,2	30,1	26,8	18,2	34,3	23,4	29,4	13,4	255,8	25,6	-4,4	85			24,8	99,1
Кондитерские изделия	10	20			20	20			40			100	10		100	0,4	0,4	7,4	33,9
Чай	1			0,5		0,5	0,6		0,5		0,6	2,7	0,3	-0,7	27	0,1		0,1	0,7
Какао	1		3,6							3,6		7,2	0,7	-0,3	72	0,2	0,1	0,1	2,0
Кофейный напиток	2	4,5			5			4,5				14	1,4	-0,6	70	0,2		0,7	3,5
Дрожжи	0,2				0,6						0,6	1,2	0,1	-0,1	60				0,2
Крахмал	3			9		9		8				26	3		87			2,0	7,9
Соль	3	2	2,9	2,1	3	2,1	2,7	3,3	2,6	3,2	4	27,9	2,8	-0,2	93				
Специи	2													-2	0				
																58,6	59,4	253,0	1 802,3