

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
Хлебцы гречневые в пересчете на хлеб	138	205	140	140	140	115	160	130	130	155	110	1425	143	5	104	16,6	4,2	71,9	387,0
Мука	9	4,7	19,8	12,5	7,2	44,5	3,9	9	33,4	11,3	20,8	167,1	16,7	7,7	186				
Крупа (злаки), бобовые	27		90,9	49,3	51,9	131,1	33,8	133,5	23,9	31,7	62,8	608,9	60,9	33,9	226	6,2	1,2	40,1	195,8
Макаронные изделия	9													-9	0				
Картофель	112,2	241,4	44,6	257,8	203,4	50	210,2	94,6	157	199,8	148,4	1607,2	160,7	48,5	143	3,1	0,7	25,4	120,0
Овощи разные, зелень	168	140,2	227,2	104,9	165,1	142,2	95,6	140,4	91,8	208,4	281,5	1597,3	159,7	-8,3	95	2,5	1,7	11,3	72,9
Фрукты свежие	111	200	100	120	100	100	100	100	200	100	100	1220	122	11	110	0,9	0,5	14,5	69,4
Фрукты сухие	9	20		20		20	20					80	8	-1	89				
Соки фруктовые (овощные)	120		200		200	200		200		200	200	1200	120		100	0,6	0,1	11,8	50,0
Мясо	42	71,1	38	54,4	44,4	43,7	76,8	44,4		52,5	38	463,3	46,3	4,3	110	8,3	7,4		99,7
Субпродукты (печень, язык, сердце)	18		81,8									81,8	8,2	-9,8	45	1,4	0,3		10,1
Птица	21		81,6		144	40,3		67,5		78,2	41,4	453	45,3	24,3	216	8,0	8,1		104,6
Рыба	34,8	60,1		48,9		39,1	85,9		44,2		56,7	334,9	33,5	-1,3	96	5,2	0,3		23,4
Молоко	180	62	200	131	252	127	224	208	139	219	129	1691	169	-11	94	4,6	4,1	9,0	91,9
Кисломолочные продукты	90	180					180	180	180		180	900	90		100	2,5	2,2	3,9	49,5
Творог	30			58					179			237	24	-6	79	4,1	2,1	0,7	38,8
Сыр	6	15		15			15	22	3			70	7	1	117	1,6	2,1		25,5
Сметана	6		10	2,5	7	9		7	28,7		21,7	85,9	8,6	2,6	143	0,2	1,3	0,3	17,2
Масло сливочное	18	36,2	16,1	30	19,9	29,3	33,1	25,3	13,2	19,6	10,9	233,6	23,4	5,4	130	0,1	18,8	0,1	170,4
Масло растительное	9	13,6	38,1	10,6	12,8	19,3	9,5	18,8	12,7	12,9	29,1	177,4	17,7	8,7	197		17,3		155,5
Яйцо	24	104,3		4,8	57,2		52,3	4,8	6	55,6	2,8	287,8	28,8	4,8	120	3,5	3,2	0,2	43,9
Сахарный песок	18	21,4	13,1	42,2	10,6	25,2	27,2	1,5	34,1	10,6	26	211,9	21,2	3,2	118			20,6	82,1
Кондитерские изделия	6													-6	0				
Чай	0,6	1	1	2	1				2	1		8	0,8	0,2	133	0,2		0,3	1,9
Какао	0,6										6	6	0,6		100	0,2	0,1	0,1	1,7
Кофейный напиток	1,2					6	6					12	1,2		100	0,1		0,6	3,0
Дрожжи	0,12													-0,12	0				
Крахмал	1,8													-1,8	0				
Соль	1,8	2,1	1,9	1,8	5,2	2,9	2,8	3,3	4,1	0,7	2,9	27,7	2,8	1	154				
Специи	1,2													-1,2	0				
																69,9	75,7	210,8	1 814,3