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	48	55	55	55	64	41	60	55	70	35	55	545	55	7	114	3,6	0,5	23,1	111,1
Хлеб пшеничный	90	85	103	115	90	93	91	83	95	100	100	955	96	6	106	7,1	0,5	45,4	214,8
Мука пшеничная	9	24,6	1,2	81,5	29,7	13,7	51,1	18,9	6,6	79,4	9,4	316,1	31,6	22,6	351	7,1	3,0	19,1	131,6
Крупа (злаки), бобовые	27		46,7	15	101,5	66,1	8,7	98,8	46,2		100,1	483,1	48,3	21,3	179	5,2	0,8	31,2	152,2
Макаронные изделия	9		49,4			67,3	10	39,4				166,1	16,6	7,6	185	1,8	0,2	11,4	54,5
Картофель	112,2	148,4	75	231,6	215	50	172,2	99,6	148,4	141,3	187	1468,5	146,9	34,7	131	2,9	0,6	23,2	109,7
Овощи разные, зелень	168	200,3	184,7	132,1	124	73,4	38,7	162,7	151,9	61	202,8	1331,6	133,2	-34,8	79	7,7	2,9	19,7	138,2
Фрукты свежие	111	200	100	100		100	100	100	100	220	100	1120	112	1	101	0,5	0,4	12,1	57,0
Фрукты сухие	9	20		20		20		20			20	100	10	1	111				
Соки фруктовые (овощные)	120		200		200		200	400			200	1200	120		100	0,6	0,1	11,8	50,0
Мясо	42		44,4	47,7	71,1	30,6	108,2	82,4		35,8	38	458,2	45,8	3,8	109	11,9	8,3	10,4	163,6
Субпродукты (печень, язык, сердце)	18				63,9							63,9	6,4	-11,6	36	1,1	0,2		7,9
Птица	21		96	67,5	40,3					82,3	41,4	327,5	32,8	11,8	156	5,8	5,8		75,6
Рыба	34,8	51,4		48,4					37,1			136,9	13,7	-21,1	39	2,1	0,1		9,6
Молоко	180	407	108	30	12	425	140	128	369	190	25	1834	183	3	102	4,4	4,2	14,4	114,0
Кисломолочные продукты	90			180	360		180		180			900	90		100	2,5	2,2	3,9	49,9
Творог	30	115				89	121	89	107			521	52	22	174	9,1	4,6	1,5	85,7
Сыр	6	15				15			15	15		60	6		100	1,4	1,8		21,8
Сметана	6	5		22,5	11,7		15,2		16,5	10	7,8	88,7	8,9	2,9	148	0,2	1,3	0,3	17,7
Масло сливочное	18	21	5,2	12,1	29,3	34,4	4,4	23,6	16,2	12,3	23,1	181,6	18,2	0,2	101	0,1	14,6	0,1	131,9
Масло растительное	9	23,3	23,2	19,7	18,5	3,4	11,9	23,6	13,7	9,5	17,8	164,6	16,5	7,5	183		16,1		144,2
Яйцо	24	74,1	45,1	11,2	5,8	6,6	49,6	11,4	3,1	12,5	40,3	259,7	26	2	108	8,6	5,6	10,5	126,1
Сахарный песок	18	28,6	20,6	23,7	0,8	39	12	13,2	30,8	20	23,5	212,2	21,2	3,2	118	5,7	2,8	31,0	172,0
Кондитерские изделия	6					30	40					70	7	1	117	0,5	0,5	5,2	27,7
Чай	0,6	1	1	1			1			2	1	7	0,7	0,1	117	0,1		0,3	1,7
Какао	0,6		4			4						8	0,8	0,2	133	0,2	0,1	0,1	2,3
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								24			24	2	0,2	133			1,9	7,4
Соль	1,8	2,1	1,9	4	1,8	1,5	2,3	2,3	3,2	2,9	2,1	23	2,3	0,5	128	5,7	2,8	10,4	89,8
Специи	1,2										0			-1,2	0				
															2 271,0	96,0	80,0	287,6	2 271,0