

2019 год

Ведомость контроля за рационом питания

60% от суточной потребности

Наименование продукта	возраст	норма в день	за 12 дней	12 месяцев												среднее за 12 дней	отклонения		
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			итого	
хлеб ржаной	7-11л	48,0	576,0	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	600	50,0	2,0
	12-18л	72,0	864,0	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	840	70,0	-2,0
хлеб пшенич.	7-11л	90,0	1080,0	105	105	100	100	106,7	90	106,7	90	90	90	90	90	90	1146,7	95,6	5,6
	12-18л	120,0	1440,0	129	119	110	120	109,4	100	109,4	100	100	110	120	110	110	1357,4	113,1	-6,9
мука	7-11л	9,0	108,0	11	19,5	14		1,2	3,5	3,2	9,3					6	69	5,8	-3,3
	12-18л	12,0	144,0	15	24	18		1,2	4,3	3,7	11,7					7,5	86,7	7,2	-4,8
крупа, бобовые	7-11л	27,0	324,0	23	51		67,3		19,3	15	26	51	48	55	23	378,6	31,6	4,6	
	12-18л	30,0	360,0	30	60		84		26	18	35	51	57	68	31	460	38,3	8,3	
макаронные изд.	7-11л	9,0	108,0			51										102	8,5	-0,5	
	12-18л	12,0	144,0			61										122	10,2	-1,8	
картофель	7-11л	150,0	1800,0	80	117,2	53,6	168,5	60	212,5	187	50	163,4	60	177	213	1542,2	128,5	-21,5	
	12-18л	150,0	1800,0	100	149	75	203,2	90	257	226,2	62,5	189	65	211,5	243,4	1871,8	156,0	6,0	
овощи	7-11л	210,0	2520,0	261,6	139,5	102,1	146,5	151,7	206	131,4	278	139	151	118	146,6	1971,4	164,3	-45,7	
	12-18л	240,0	2880,0	322,5	172,2	191,5	216,9	218	283,6	178	356	190	198,2	150	212,8	2689,7	224,1	-15,9	
фрукты	7-11л	120,0	1440,0		74	100	87	100	115,4	140	137	100	165	120	153,4	1291,8	107,7	-12,4	
	12-18л	120,0	1440,0		74	100	87	100	125,7	140	137	100	165	100	153,4	1282,1	106,8	-13,2	
сухофрукты	7-11л	9,0	108,0	25				25	25	20		25	25	25		135	11,3	2,3	
	12-18л	12,0	144,0	25				25	25	20		25	25	25		145	12,1	0,1	
мясо	7-11л	46,2	554,4	96,6	70		44	48	70,4	36	60,3	53	64	64		542,3	45,2	-1,0	
	12-18л	51,6	619,2	108,3	80		61	67	85,7	40	60,3	65		80		647,3	53,9	2,3	
куры Iкатег.	7-11л	30,6	367,2	32	128											461,2	38,4	7,8	
	12-18л	45,6	547,2	32	160											601,3	50,1	4,5	
рыба- филе	7-11л	34,8	348,0	64												343,6	28,6	-6,2	
	12-18л	46,2	462,0	80			98,5									422,7	35,2	-11,0	
колбасные изделия	7-11л	9,0	90,0													80	6,7	-2,3	
	12-18л	12,0	120,0													100	8,3	-3,7	
молоко	7-11л	150,0	1500,0	200	61	38	23	181	80	73	111,5	100		92	162	1121,5	93,5	-56,5	
	12-18л	150,0	1500,0	220	64	38	23	200	105	78	137	100		103	192	1260	105,0	-45,0	
творог	7-11л	30,0	300,0			140				113						253	21,1	-8,9	
	12-18л	36,0	360,0			186,7				135,6						322,3	26,9	-9,1	
сыр	7-11л	6,0	72,0	10,5	10,5	10,5			10,5	10,5	10,5			10,5		73,5	6,1	0,1	
	12-18л	7,2	86,4	13,5	13,5	10,5			13,5	10,5	13,5			10,5		85,5	7,1	-0,1	
сметана	7-11л	6,0	72,0			9				25	25					59	4,9	-1,1	
	12-18л	6,0	72,0			10				25	25					60	5,0	-1,0	
сливоч. масло	7-11л	18,0	216,0	9	22,5	17	16,6	20,8	21,5	24,1	23,2	23,5	13,5	19,2	21,5	232,4	19,4	1,4	
	12-18л	21,0	252,0	11,5	25,5	21,5	20,2	23,8	25	27,2	26,7	25	15,5	22,4	24	268,3	22,4	1,4	
растит. масло	7-11л	9,8	117,6	13	6	3,6	15	9	6,5	3	12,6	13,6	8	8	6	104,3	8,7	-1,1	
	12-18л	12,6	151,2	18,5	8	6	21	14	10	4	15	19	10,5	10,5	9	145,5	12,1	-0,5	
яйцо	7-11л	20,0	240,0	1,6	7,6	10	0	92,7	43	13		8		6,8	43	225,7	18,8	-1,2	
	12-18л	20,0	240,0	1,6	11	15,3	0	123	43	18		10		8,3	43	273,2	22,8	2,8	
сахар	7-11л	28,0	336,0	32,5	30	35,5	28	28	31,5	36	32,5	28	29	28	32,8	371,8	31,0	3,0	
	12-18л	31,5	378,0	33,5	30	37,5	28	28	33	37,5	34	28	29	28	34,3	380,8	31,7	0,2	
чай	7-11л	0,24	2,9		0,35	0,35	0,35		0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	3,5	0,3	0,1	
	12-18л	0,24	2,9		0,35	0,35	0,35		0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	0,35	3,5	0,3	0,1	
какао	7-11л	0,72	8,6	2,9				2,9				2,9				8,7	0,7	0,0	
	12-18л	0,72	8,6	2,9				2,9				2,9				8,7	0,7	0,0	
соль	7-11л	5,0	60,0	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	5,0	0,0	
	12-18л	7,0	84,0	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	84	7,0	0,0	