ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, СанПиН 2.4.5.2409-08. (11-18 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **Факт. за 14дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение,% от дн.нормы** |
| Пищевая ценность |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | 90 | 140,1 | 108,3 | 128,2 | 111,0 | 132,7 | 104,8 | 114,9 | 99,3 | 133,2 | 108,2 | 134,4 | 123,1 | 138,3 | 102,0 | 1678,5 | 119,9 | 133 |
| в т.ч.жив., г | 0 | 82,8 | 67,9 | 82,3 | 47,5 | 86,8 | 54,4 | 61,4 | 49,3 | 79,1 | 68,0 | 82,8 | 77,7 | 85,0 | 56,9 | 981,9 | 70,1 |  |
| Жиры, г | 92 | 116,6 | 81,9 | 115,0 | 111,0 | 103,7 | 100,2 | 88,9 | 73,0 | 108,3 | 110,8 | 121,5 | 96,8 | 114,4 | 86,5 | 1428,6 | 102,0 | 111 |
| в т.ч. раст., г | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,2 | 0,2 |  |
| Углеводы, г | 383 | 448,4 | 375,1 | 402,5 | 368,1 | 424,6 | 382,4 | 427,6 | 414,2 | 423,7 | 424,9 | 387,4 | 370,2 | 441,1 | 393,9 | 5684,2 | 406,0 | 106 |
| Моно- и дисахара, г | 383 | 183,0 | 178,7 | 161,2 | 161,2 | 180,2 | 143,2 | 178,3 | 176,4 | 205,8 | 210,8 | 158,5 | 154,3 | 194,3 | 184,6 | 2470,5 | 176,5 |  |
| Крахмал, г | 0 | 265,4 | 196,4 | 241,3 | 206,8 | 244,4 | 239,2 | 249,3 | 237,8 | 218,0 | 214,2 | 228,9 | 215,9 | 246,8 | 209,3 | 3213,7 | 229,6 |  |
| Пищевые волокна, г |  | 33,8 | 27,3 | 25,4 | 31,3 | 26,6 | 27,3 | 33,9 | 31,3 | 30,2 | 29,1 | 28,9 | 32,6 | 30,7 | 27,6 | 416,0 | 29,7 |  |
| Витамин В1, мг | 1,4 | 1,9 | 1,3 | 1,6 | 1,1 | 1,6 | 1,3 | 1,6 | 1,3 | 1,7 | 1,2 | 1,5 | 1,4 | 1,8 | 1,2 | 20,5 | 1,5 |  |
| Витамин В2, мг | 1,6 | 2,4 | 2,0 | 2,2 | 1,8 | 2,4 | 1,7 | 2,2 | 1,6 | 2,5 | 1,9 | 2,3 | 1,7 | 2,6 | 1,6 | 28,9 | 2,1 |  |
| Витамин С, мг | 70 | 86,8 | 50,5 | 46,0 | 83,5 | 53,6 | 38,8 | 45,3 | 31,1 | 73,0 | 45,3 | 60,8 | 65,1 | 75,0 | 65,0 | 819,8 | 58,6 |  |
| Витамин A (рет.экв), мкг | 0,9 | 3350,7 | 1988,2 | 1634,3 | 1432,7 | 3467,4 | 1641,4 | 1487,8 | 1937,3 | 1174,2 | 4011,6 | 2414,5 | 960,8 | 2703,7 | 3982,9 | 32187,5 | 2299,1 |  |
| Витамин E (ток.экв), мг | 12 | 14,7 | 14,8 | 11,1 | 21,9 | 15,4 | 11,7 | 10,0 | 18,0 | 11,0 | 27,0 | 17,5 | 11,5 | 10,4 | 16,8 | 211,8 | 15,1 |  |
| Ca, мг | 1200 | 1121,1 | 1083,2 | 1366,1 | 1033,2 | 1020,0 | 839,9 | 1276,4 | 875,8 | 1145,9 | 1103,7 | 1339,7 | 850,8 | 1266,0 | 1109,0 | 15430,8 | 1102,2 |  |
| P, мг | 1800 | 1866,5 | 1588,3 | 1772,3 | 1398,8 | 1765,7 | 1457,0 | 1575,3 | 1530,6 | 1778,3 | 1594,7 | 1709,1 | 1626,2 | 1892,1 | 1500,3 | 23055,2 | 1646,8 |  |
| Mg, мг | 300 | 538,6 | 476,4 | 453,4 | 353,2 | 469,8 | 353,6 | 520,6 | 412,2 | 470,4 | 457,6 | 402,5 | 480,4 | 489,4 | 444,7 | 6322,8 | 451,6 |  |
| Fe, мг | 17 | 22,6 | 20,1 | 20,9 | 23,1 | 21,1 | 23,9 | 22,9 | 22,8 | 22,7 | 20,6 | 25,0 | 26,9 | 23,8 | 18,1 | 314,5 | 22,5 |  |
| Zn, мг | 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| I, мг | 0,12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Калорийность, ккал | 2713 | 3486,4 | 2724,7 | 3223,2 | 2984,9 | 3225,7 | 2916,9 | 3046,2 | 2776,8 | 3266,5 | 3184,6 | 3252,1 | 2914,0 | 3417,9 | 2817,6 | 43237,5 | 3088,4 | 114 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, СанПиН 2.4.5.2409-08. (7-11 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **Факт. за 14дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение,% от дн.нормы** |
| Пищевая ценность |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | 77 | 117,9 | 86,0 | 107,6 | 89,2 | 111,1 | 92,6 | 97,0 | 79,5 | 108,7 | 83,1 | 113,0 | 88,0 | 116,7 | 89,4 | 1379,8 | 98,6 | 128 |
| в т.ч.жив., г | 0 | 69,7 | 53,1 | 70,1 | 48,2 | 74,1 | 50,5 | 56,7 | 45,9 | 62,9 | 55,4 | 69,5 | 52,5 | 72,4 | 51,7 | 832,7 | 59,5 |  |
| Жиры, г | 79 | 104,6 | 71,3 | 100,6 | 95,2 | 93,3 | 94,4 | 81,4 | 63,0 | 92,8 | 93,6 | 106,9 | 71,8 | 88,8 | 73,2 | 1230,9 | 87,9 | 111 |
| в т.ч. раст., г | 0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |  |  |
| Углеводы, г | 335 | 394,0 | 320,4 | 343,7 | 310,1 | 349,3 | 326,5 | 346,5 | 313,2 | 368,1 | 328,4 | 343,0 | 310,8 | 371,8 | 342,7 | 4768,2 | 340,6 | 102 |
| Моно- и дисахара, г | 335 | 174,5 | 167,4 | 151,7 | 148,3 | 161,7 | 136,1 | 160,9 | 160,1 | 195,3 | 192,1 | 166,1 | 146,1 | 175,9 | 183,6 | 2319,8 | 165,7 |  |
| Крахмал, г | 0 | 219,4 | 153,0 | 192,0 | 161,8 | 187,5 | 190,3 | 185,6 | 153,1 | 172,8 | 136,3 | 176,9 | 164,7 | 195,9 | 159,1 | 2448,4 | 174,9 |  |
| Пищевые волокна, г |  | 27,9 | 24,5 | 21,8 | 26,2 | 22,7 | 23,7 | 26,2 | 23,8 | 25,7 | 22,6 | 24,1 | 26,6 | 26,0 | 23,4 | 345,2 | 24,7 |  |
| Витамин В1, мг | 1,2 | 1,6 | 1,1 | 1,4 | 1,0 | 1,4 | 1,1 | 1,4 | 1,0 | 1,6 | 1,0 | 1,4 | 1,2 | 1,6 | 1,0 | 17,8 | 1,3 |  |
| Витамин В2, мг | 1,4 | 2,1 | 1,8 | 2,0 | 1,7 | 2,1 | 1,6 | 2,1 | 1,4 | 2,2 | 1,7 | 2,1 | 1,5 | 2,3 | 1,6 | 26,2 | 1,9 |  |
| Витамин С, мг | 60 | 80,2 | 48,8 | 45,2 | 71,8 | 62,0 | 38,7 | 119,9 | 108,5 | 143,7 | 118,2 | 133,5 | 132,6 | 147,2 | 139,9 | 1390,2 | 99,3 |  |
| Витамин A (рет.экв), мкг | 0,7 | 2569,0 | 1782,9 | 1464,7 | 1346,4 | 2997,2 | 1626,2 | 1511,2 | 1924,0 | 1114,3 | 3392,0 | 2232,0 | 836,8 | 2390,3 | 3506,4 | 28693,4 | 2049,5 |  |
| Витамин E (ток.экв), мг | 10 | 12,2 | 12,2 | 9,5 | 17,6 | 14,8 | 10,2 | 10,5 | 16,4 | 9,1 | 20,1 | 16,3 | 9,1 | 10,8 | 12,6 | 181,4 | 13,0 |  |
| Ca, мг | 1100 | 1002,1 | 963,7 | 1215,6 | 889,3 | 941,4 | 776,6 | 1369,1 | 771,8 | 1022,8 | 1023,6 | 1177,1 | 727,1 | 1120,9 | 990,4 | 13991,5 | 999,4 |  |
| P, мг | 1650 | 1611,2 | 1372,9 | 1540,1 | 1256,7 | 1538,5 | 1309,8 | 1536,6 | 1290,2 | 1505,3 | 1336,2 | 1471,8 | 1255,3 | 1622,3 | 1346,1 | 19993,0 | 1428,1 |  |
| Mg, мг | 250 | 464,2 | 432,1 | 403,0 | 306,5 | 408,5 | 313,7 | 494,0 | 349,8 | 419,7 | 386,9 | 405,0 | 389,5 | 435,2 | 401,8 | 5609,9 | 400,7 |  |
| Fe, мг | 12 | 19,3 | 17,9 | 18,0 | 20,6 | 17,4 | 21,6 | 16,8 | 16,3 | 17,0 | 14,4 | 17,1 | 19,9 | 17,8 | 14,2 | 248,3 | 17,7 |  |
| Zn, мг | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| I, мг | 0,1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Калорийность, ккал | 2350 | 3054,0 | 2312,7 | 2763,1 | 2509,5 | 2732,8 | 2580,5 | 2565,4 | 2185,0 | 2794,5 | 2526,7 | 2839,4 | 2297,3 | 2813,5 | 2430,1 | 36404,5 | 2600,3 | 111 |