

0.2

Ть

ов, жиров, углеводов

ения

ю

Всего в среднем

### 1. Общая калорийность

## 2. Соотношение белков, жиров, углеводов

Руководитель учреждения

Н.В.Данченко

Мед.сестра по питанию

Э.С. Осипян

**Химический состав и калорийность рациона питания  
в школе-интернате г. Железноводск с 01.04.2024г о27.04.2024г 7-11 лет**

|                        | Наименование<br>продуктов    | Среднее<br>количество<br>за месяц | Хим. состав и энергетическая ценность |             |                |                        |
|------------------------|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------|------------------------|
|                        |                              |                                   | Белки,г                               | Жиры,г      | Углеводы,<br>г | Энерг.<br>ценность, кк |
| 1                      | Хлеб пшеничный               | 150                               | 11,6                                  | 4,5         | 74,7           | 393,0                  |
| 2                      | Хлеб ржаной                  | 80                                | 5,3                                   | 1,0         | 27,4           | 144,8                  |
| 3                      | Мука пшеничная               | 15,15                             | 1,6                                   | 0,2         | 10,5           | 50,6                   |
| 4                      | Мука картофельная            | 0                                 | 0,0                                   | 0           | 0,0            | 0,0                    |
| 5                      | Крупа, бобовые               | 44,76                             | 4,476                                 | 0,8952      | 29,1           | 147,7                  |
| 6                      | макаронные изделия           | 15                                | 1,56                                  | 0,165       | 10,5           | 50,6                   |
| 6                      | Картофель                    | 187                               | 3,7                                   | 0,7         | 32,4           | 149,6                  |
| 7                      | Овощи разные                 | 276,45                            | 2,8                                   | 0,3         | 16,6           | 105,1                  |
| 8                      | Фрукты свежие                | 185                               | 0,7                                   | 0,7         | 18,1           | 83,25                  |
| 9                      | соки фруктовые               | 200                               | 0,8                                   | 0,0         | 20,6           | 84                     |
| 10                     | Фрукты сухие                 | 15,02                             | 0,3                                   | 0           | 8,0            | 34,1                   |
| 11                     | Кондит. изделия              | 15,075                            | 1,1                                   | 3,0         | 10,4           | 69,948                 |
| 12                     | Сахар                        | 30,5                              | 0                                     | 0           | 30,4           | 115,6                  |
| 13                     | Масло сливочное              | 30                                | 0,2                                   | 21,8        | 0,4            | 198,3                  |
| 14                     | Масло растительное           | 15                                | 0                                     | 15,0        | 0              | 134,9                  |
| 15                     | Яйцо (шт)                    | 1                                 | 0,1                                   | 0,1         | 0,0            | 1,6                    |
| 16                     | Молоко 2,5%                  | 300                               | 8,4                                   | 7,5         | 14,1           | 156                    |
| 17                     | Творог 9%                    | 50,4                              | 8,5                                   | 4,5         | 1,008          | 80,1                   |
| 18                     | говядина 1 кат б/к           | 78,85                             | 14,9                                  | 7,9         | 0              | 127,7                  |
| 19                     | Супродукты(печень,язык,сер.) | 29,8                              | 5,2                                   | 0,2         | 0              | 37,0                   |
| 20                     | Цыплята 1 кат потрошенные    | 35                                | 6,5                                   | 5,6         | 0,175          | 64,1                   |
| 21                     | Рыба (филе)                  | 58                                | 9,6                                   | 1,3         | 0              | 49,9                   |
| 22                     | Сметана 15%                  | 10                                | 0,3                                   | 2           | 0,3            | 20,6                   |
| 23                     | Сыр                          | 10                                | 2,3                                   | 2,9         | 0              | 36                     |
| 24                     | Чай                          | 1                                 | 0,2                                   | 0,1         | 0,0            | 0                      |
| 25                     | Кофе злаковый                | 2                                 | 0                                     | 0           | 0              | 0                      |
| 26                     | какао                        | 1                                 | 0,242                                 | 0,175       | 0,279          | 3,8                    |
| 27                     | Специи                       | 2                                 | 0                                     | 0           | 0              | 0                      |
| 28                     | Соль                         | 3                                 | 0                                     | 0           | 0              | 0                      |
| 29                     | Дрожжи сухие                 | 0,2                               | 0,1                                   | 0,0         | 0              | 0                      |
| <b>ИТОГО ЗА МЕСЯЦА</b> |                              |                                   | <b>90,5</b>                           | <b>80,4</b> | <b>304,9</b>   | <b>2338,1</b>          |