



# 营养学会营养推广解决方案

-----膳食分析与营养评价系统(营养师版)

智能营养配餐系统

营养专家系统(通用版)

# 目 录

功能概述 . . . . .	1
膳食分析与营养评价系统（营养师版） . . . . .	2
智能营养配餐系统 . . . . .	5
营养专家系统（通用版） . . . . .	8
系统打印样张 . . . . .	10
系统运行要求 . . . . .	12
相关产品 . . . . .	13
关于王士软件 . . . . .	14

# 功能概述

膳食分析与营养评价系统（营养师专用版）、智能营养配餐系统作为营养师执业的专业工作软件，再辅以功能丰富营养专家系统（通用版），即可开展各层次的营养推广活动，可以完全覆盖营养师的所有工作流程，包括营养测算、营养分析、营养监测、菜谱设计、营养配餐、营养咨询、疾病营养、营养健康教育、营养指导等以及相应的子流程环节。

全面适用于公共营养师、临床营养医师、营养管理师、学校营养师、运动营养师、瘦身营养师、社区营养师、军队营养师、养老院营养师、食品企业营养师等。



作为营养中心、健身中心、大学相关院系、社区医院、幼儿园、学校食堂、康复体检中心、食品企业、健康管理机构等行业所使用的标准软件，同时也是营养培训的标准软件。

# 膳食分析与营养评价系统

## 营养师专用版

### 营养测算

根据系统自动计算得到的个体或群体膳食对象的营养标准，测算个体或群体膳食对象的膳食结构的既定周期的适宜摄入量，确定合理的膳食目标。

**Screenshot 1: Nutrient Intake Target (营养测算是 The Nutritious Meal)**

This screen shows the nutritional intake target for a child (小太阳幼儿园). The target values are:

参数	热能(kcal)	蛋白质(g)	脂肪(g)	碳水化合物(g)	
热能(kcal)	1002.47	35.07	36.19	134.12	
钙(g)	0.40	钙(g)	590.07	维生素E(g)	9.00
磷(g)	350.05	磷(g)	17.50	维生素B1(g)	4.20
镁(g)	0.70	镁(g)	1050.15	维生素B2(g)	0.49
锌(g)	0.40	锌(g)	630.07	维生素B6(g)	0.49
铁(g)	105.01	烟酸(g)	4.90		

**Screenshot 2: Reference Intake Standard (第二步 计算膳食对象各类食物的参考摄入量标准)**

This screen displays the reference intake standard for various food categories for a child (小太阳幼儿园) over a 1-day period. The values are:

类别	摄入量
A. 谷类食物	170.42
B. 蔬菜类	200.40
C. 水果类	65.16
D. 肉、禽类	32.00
E. 蛋类	17.04
F. 鱼虾类	25.06
G. 豆类及豆制品	25.00
H. 奶类及奶制品	50.12
I. 油脂类	10.02

**Screenshot 3: Suitable Intake Standard (第四步 计算所选食物的适宜摄入量)**

This screen shows the suitable intake standard for selected foods for a child (小太阳幼儿园) over a 1-day period. The values are:

食物名称	摄入量	食物名称	摄入量
桥粉饼	1,054.42	饼干	313.86
薯条	709.11	薯片	4,777.22
粗粮(粳米粥)	1,011.62	豆黑饭(香)	10,986.73
粗丝	1,376.72	花卷	749.51
馒头(蒸)	2,174.25	面包	1,931.74
面条(干)	808.71	米粉(干)	141.82
汤包	829.84	小米	2,557.14
白菜	10,274.43	白木耳	1,483.82
菠菜	15,781.52	莲藕	710.83
豆腐	1,866.54	长茄子	3,078.95
冬瓜	3,398.43	冬瓜	1,285.49

## 营养监测

**全面的营养监测工具** 营养师利用营养监测工具可为分析对象进行定期的营养监测，分析周期内的膳食结构和营养状况，及时发现营养偏差，给予科学的营养指导。

The screenshots illustrate the software's features for nutritional analysis:

- Screenshot 1:** Shows a table of average daily nutrient intake for a kindergarten. The table includes columns for food name, energy (kcal), protein (g), fat (g), carbohydrates (g), vitamins A, C, E, B1, B2, and B6, and fiber (g). Key data points include:
 

Food	Energy Kcal	Protein g	Fat g	Carbohydrates g	Vitamin A (microg)	Vitamin C (microg)	Vitamin E (microg)	Vitamin B1 (microg)	Vitamin B2 (microg)	Fiber g
胡萝卜	44	30	0.4	0.94	8.97	0	0	0.02	0	0
猪肝	45	25	5.05	0.22	0.76	4.08	0	0.08	0.12	0
胸肉	77	257	3.71	3.71	52.14	0	379.05	83.44	0.12	0
鸡心	64	110	10.18	7.55	0.38	592.4	0	582.4	0.29	0
白腐	76	185	29.8	2.52	11.01	0	0	0	0.05	0
番茄(茎, 茄头)	152	32	3.04	0.91	2.74	0	1746.48	291.84	0.05	0
松花	80	90	16.24	2.56	0.32	0	0	0	0.01	0
猪肝	80	100	9.05	7.15	0	24.29	0	24.29	0.01	0
甘薯片	40	136	1.88	0.32	31.4	0	60	10	0.06	0
饼干(糖酥)	72	393	4.68	22.75	42.41	0	0	0	0.04	0
饼饼(糖)	40	121	3.2	0.84	25.08	0	0	0	0	0
- Screenshot 2:** Shows a 3D bar chart of energy, protein, and fat sources. The chart indicates that protein and fat come primarily from animal sources, while energy comes from carbohydrates.
- Screenshot 3:** Shows a detailed breakdown of protein sources across breakfast, lunch, dinner, and snacks. It includes a pie chart showing the distribution of protein sources (animal vs. plant) and a bar chart showing the percentage of protein from different food groups.

## 营养配餐

**灵活的配餐机制**

配餐工具不但能对特定个体进行一周的配餐，亦可对特定的某天进行配餐。食物摄入量的计算采用智能化方式，无需自行设定，完全由系统根据配餐者的摄入量标准自动计算生成，也可辅以少量的手工微调。

The screenshots illustrate the software's meal planning features:

- Screenshot 1 (Top Left):** Shows a weekly meal plan for a specific individual. The interface includes a sidebar with food icons and a main panel displaying meals for Monday through Sunday. It shows detailed nutritional analysis for each meal, including protein, carbohydrates, fat, fiber, calcium, phosphorus, magnesium, zinc, iodine, and vitamins A, B1, B2, B6, C, and E.
- Screenshot 2 (Bottom Left):** Shows a daily meal plan for a specific individual. It displays the same nutritional breakdown for a single day's meals.
- Screenshot 3 (Bottom Right):** Shows a meal plan for a group named "小大明幼儿园". It includes a list of selected children, their names, and a nutritional summary table. The table provides values for various nutrients and a pie chart showing the distribution of energy intake across different food categories.

# 智能营养配餐系统

## 菜谱设计

**支持多菜谱库即时分析** 系统采用完全开放的食谱库结构，默认内置有通用菜谱库、孕妇菜谱库、儿童菜谱库，支持自建多套菜谱库，数量不限。可以即时分析菜谱的营养素含量，调整配料含量，按需设计符合营养要求的菜谱，也可对现有的菜谱进行定量的营养分析。

营养成分	量 (克)	能量 (Kcal)	蛋白质 (g)	脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	钙 (mg)	镁 (mg)	铁 (mg)	锌 (mg)	维生素A (μg)	维生素C (mg)	维生素E (mg)
白米饭	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
大米	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
玉米	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
小麦	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
大米饭	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
玉米饭	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11
小麦饭	300.0	120.0	7.77	1.42	22.86	6.83	0.17	0.04	0.02	3.39	0.04	0.11

## 智能配餐

**灵活的配餐机制** 不但能进行一周的配餐，亦可对特定的某天进行配餐。食物摄入量的计算采用智能化方式，无需自行设定，完全由系统根据配餐者的摄入量标准自动计算生成，配平过程快速准确，并且提供完整的配平结果及各种营养素的贡献比例。系统具有全面的食谱输出功能，包括 18 种营养素的确切含量以及各种菜谱的贡献比例。

The screenshots illustrate the software's features:

- Main Window:** Shows a meal plan for the week. For Monday, it includes breakfast (包子, 面点主食, 1504.3), lunch (水煮鱼, 豆腐烧肉, 9320.1), dinner (蛋炒饭, 烤鸭, 1001.1), and snacks (饼干, 水果沙拉, 103.9). It also lists breakfast items like 蛋糕, 牛奶, 水果沙拉, 蛋羹, 牛油蛋黄, 奶油蘑菇汤, 煎饼, 烤鱼, 水果, 香蕉, 鸡蛋, and 饼子 (干).
- Meal Plan Details:** A detailed nutritional analysis table for Monday's meal plan. It shows energy (1419.00 kcal), protein (68.88 g), carbohydrates (198.00 g), fat (21.46 g), fiber (0.67 g), vitamins B1 (9.66 mg), B2 (64.79 mg), B6 (94.17 mg), B9 (23.99 mg), calcium (503.07 mg), phosphorus (169.22 mg), magnesium (7.00 mg), potassium (908.13 mg), and sodium (1.00 mg).
- Nutritional Analysis Report:** A comprehensive nutritional report for the target subject. It includes a table of various foods and their nutrient ratios (e.g., 早餐: 饺子 (1703.3 kcal, 8.1 protein, 342.8 fat, 49.6 carbohydrates) vs. 饭 (1419.00 kcal, 68.88 protein, 198.00 carbohydrates, 21.46 fat)). It also provides charts showing the contribution of protein, carbohydrates, and fats to the total intake across different food groups.

## 营养资讯

**丰富的食物列表** 系统包含完善的营养食物列表数据库，灵活多样的查询方式。包含几千种常用食物的各种营养素含量列表，常用食物的氨基酸、胆固醇含量列表。包括各种营养素的生理功能、缺乏所致症状、过量摄入的毒性、各种生化指标、膳食参考摄入量、最高安全摄入量、食物分布及主要食物来源。

The screenshot displays four windows from the '营养学会营养推广解决方案' system:

- 营养食物营养成分表**: Shows a table of food nutritional components (Food Name, Weight (g), Protein (g), Fat (g), Carbohydrates (g), Calcium (mg), Phosphorus (mg), Iron (mg), Zinc (mg), Copper (mg)) for over 100 items like rice, meat, and vegetables.
- 维生素B2 (核黄素)**: Information on Vitamin B2 (Riboflavin) including its physiological functions (参与体内生物氧化与能量生成, 参与DNA合成等) and deficiency symptoms (红细胞游离核黄素增加).
- 烟酸的营养评价**: Evaluation of Niacin (烟酸) nutritional status based on urine N-甲基烟酰胺排泄量 (24小时尿中排出量低于5.5 μmol为缺乏, 5.5-17.5 μmol为低水平).
- 参考摄入量**: Recommended intake levels for children aged 0-7 years across various age groups (0-5岁, 5-1岁, 1-4岁, 4-7岁) for different nutrients (钙, 锌, 钠, 铁, 维生素A, 维生素D, 维生素B1, 维生素B2, 维生素C, 叶酸, 锰, 锰).

# 营养专家系统

## 通用版

### 营养分析

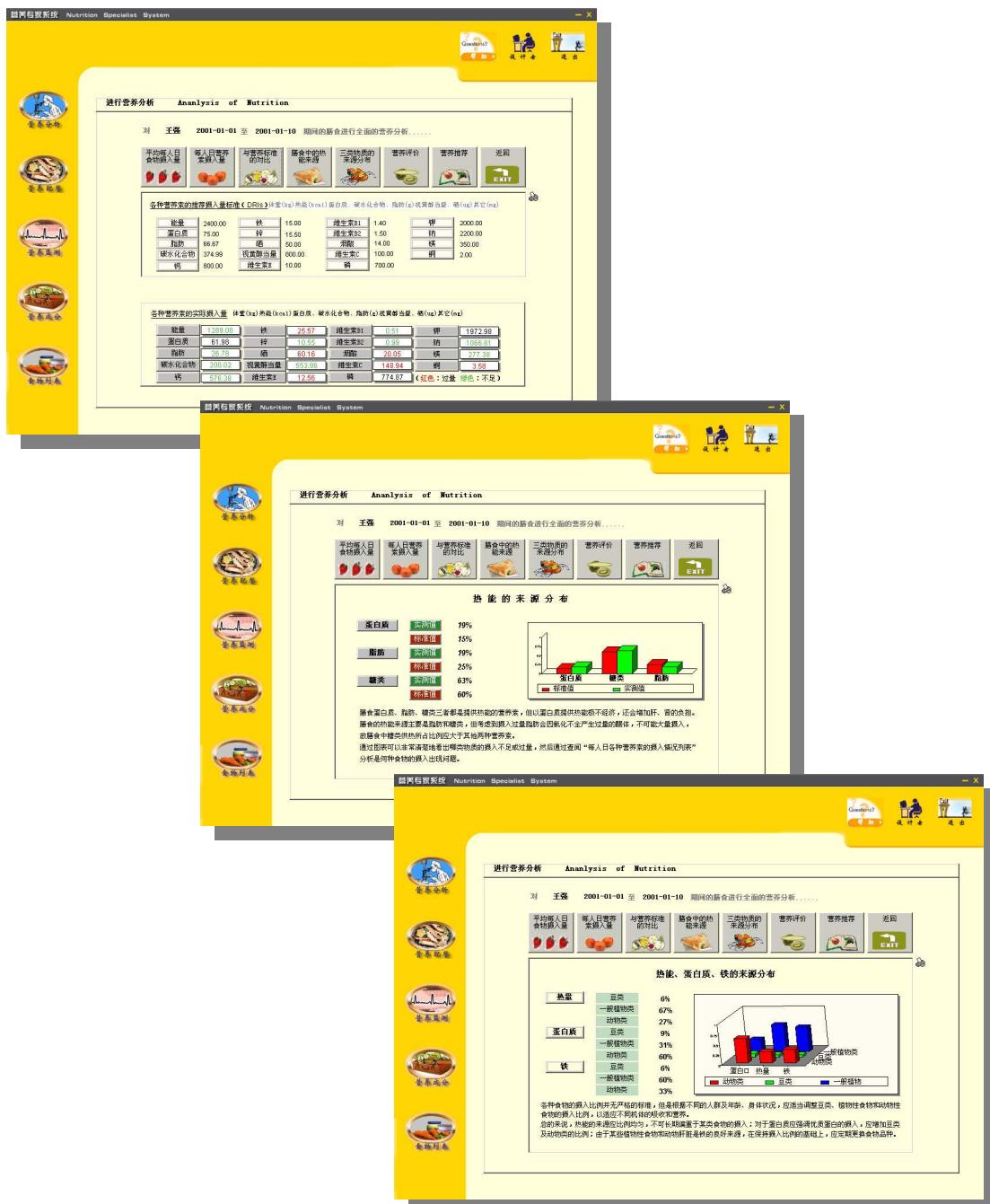
系统营养专家系统（通用版）适用于各个年龄段的营养分析和评价指导，可广泛应用于临床科室的临床营养分析、临床营养师的配餐管理，以及相关营养机构、医疗机构的日常工作中。全面的营养分析工具针对个体进行体重营养评价，分析营养与疾病的关系，对存在营养偏差的个体给予适当的营养推荐。

The screenshot shows the 'Nutrition Specialist System' (通用版) interface. The main window is titled '营养分析' (Nutritional Analysis). It includes sections for '营养质量评价' (Nutritional Quality Evaluation), '营养素与疾病' (Nutrients and Diseases), and '营养分析报告' (Nutritional Analysis Report). The report section lists symptoms like '身体消瘦、发育不良' (Weight loss, poor development) and '缺乏热能、蛋白质、维生素、锌' (Lack of energy, protein, vitamins, zinc). At the bottom, there's a table titled '各种营养素营养成分列表' (List of Nutrient Components) with columns for nutrient type, name, and values.

营养素	名称	摄入量 (g)	蛋白质 (g)	脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	膳食纤维 (g)	糖 (g)	钙 (mg)	磷 (mg)	铁 (mg)	锌 (mg)
大米(米)	349	13.80	2.70	67.80	3.50	30.00	244.00	2.31	5.70	1.50	3.05
稻谷(早稻)	359	9.90	2.20	74.00	1.40	13.00	257.00	1.84	5.10	2.73	
大米(稻、黍、稷)	346	7.40	0.80	77.20	0.70	13.00	110.00	2.23	2.30	1.29	1.70
稻米(梗, 糯一)	334	7.30	0.40	75.30	0.40	24.00	60.00	2.49	0.90	1.00	1.07
稻米	343	7.70	0.60	76.80	0.60	11.00	121.00	2.50	1.10	1.36	1.45
稻米(梗, 糯二)	348	8.00	0.60	77.70	0.60	3.00	99.00	6.40	0.40	0.77	0.89
稻米(梗, 糯三)	345	7.20	0.60	77.20	0.40	5.00	108.00	5.40	0.70	0.86	0.93
稻米(梗, 粗等)	348	9.10	0.60	76.00	0.70	6.00	141.00	2.07	0.90	1.30	1.54
稻米(梗, 粗等一)	348	8.00	1.00	76.00	0.40	10.00	141.00	2.07	1.20	1.21	1.59
稻米(梗, 粗等二)	345	8.50	1.00	76.00	0.50	8.00	132.00	1.71	1.00	1.64	1.66
稻米(糙米, 特)	342	8.10	0.30	76.70	0.20	6.00	104.00	1.56	0.70	0.69	1.08
稻米(糙米, 特一)	345	7.80	0.70	76.00	0.50	9.00	140.00	2.63	1.00	1.11	1.52
稻米(糙米, 特二)	343	8.60	0.80	75.30	0.40	6.00	141.00	2.26	0.80	1.05	1.89
稻米(粗)	347	7.90	0.80	77.50	0.80	12.00	112.00	1.99	1.00	1.27	1.47
稻米(皮米)	346	12.70	0.90	71.80	0.80	8.00	106.00	4.60	5.10	1.75	0.69
方便面	472	9.50	21.10	60.90	0.70	25.00	80.00	10.49	4.10	0.79	1.06
麸皮	220	15.80	4.00	36.10	31.30	20.00	602.00	7.12	9.90	10.85	5.98

## 营养评价

**多元化的营养监测工具** 营养监测评价工具可对被监测个体某周期内的膳食进行监测，分析其中的营养偏差、是否存在某种营养素的摄入不足或摄入过量、三类供能物质的摄入是否均衡，并为之提供全面的营养分析和营养推荐。



# 系统打印样张

项目：膳食营养调查 对象：小太阳幼儿园											
	能量 kcal	蛋白质 g	脂肪 g	碳水化合物 g	膳食纤维 mg	视黄醇 μg	维生素C mg	钙 mg	铁 mg	锌 mg	硒 ug
<b>谷类及制品</b>											
稻米(熟, 特级)	483	10.55	0.58	106.81	0.58	0.00	0.00	34.68	1.30	1.55	3.60
花卷	230	6.77	1.06	48.24	0.00	0.00	0.00	20.10	0.42	0.00	6.53
馒头(蒸, 富强粉)	646	19.26	3.73	134.18	3.11	0.00	0.00	180.15	5.28	1.24	22.36
面条(干)	410	12.71	0.12	89.54	0.23	0.00	0.00	9.24	11.09	1.73	8.99
米粉(干)	70	1.62	0.02	15.84	0.02	0.00	0.00	0.28	0.46	0.70	
粗粮	720	23.43	3.14	149.58	4.39	0.00	0.00	64.85	7.32	3.43	
小米	1308	32.88	11.32	268.50	5.84	62.10	0.00	149.78	18.63	6.83	17.32
能量 (小计) 3866 蛋白质 (小计) 107.21 脂肪 (小计) 19.96 碳水化合物 (小计) 814.69											
<b>豆类及制品</b>											
豆腐	327	32.69	14.93	15.34	1.61	0.00	0.00	661.84	7.67	4.48	9.28
豆浆干	1050	121.54	27.01	80.28	6.00	0.00	0.00	2310.75	36.20	0.15	
豆浆	8	1.14	0.45	0.00	0.70	9.54	0.00	6.36	0.32	0.15	0.09
能量 (小计) 1385 蛋白质 (小计) 155.37 脂肪 (小计) 42.39 碳水化合物 (小计) 95.61											
<b>蔬菜及制品</b>											
红菜	572	6.35	1.15	133.35	9.24	721.60	150.09	132.78	2.89	0.87	2.77
能量 (小计) 572 蛋白质 (小计) 6.35 脂肪 (小计) 1.15 碳水化合物 (小计) 133.35											
<b>嫩茎、叶、苔、花类</b>											
菠菜	482	52.17	6.02	36.12	34.11	9771.69	642.08	1324.30	561.89	17.06	19.46
白菜	178	17.83	3.57	19.02	13.08	3328.91	332.89	1070.01	22.59	6.06	13.91
能量 (小计) 660 蛋白质 (小计) 70.00 脂肪 (小计) 9.59 碳水化合物 (小计) 55.14											
<b>瓜果</b>											
冬瓜	16	0.59	0.30	2.81	1.04	19.25	26.65	28.13	0.30	0.10	0.33
黄瓜	25	1.33	0.33	3.98	0.83	24.90	14.94	39.84	0.83	0.30	0.63
能量 (小计) 41 蛋白质 (小计) 1.92 脂肪 (小计) 0.63 碳水化合物 (小计) 6.80											

营养师：周玲 2011-09-18

## 营养摄入量与营养推荐标准的对比

被监测对象的营养标准

各种营养素的标准值由计算结果自动生成，并参照DRIS标准。摄入量标准的高低取决于被监测对象的年龄、性别、劳动状况以及生理健康状况。可以以此标准对以下的营养素实际摄入量、分析被监测对象的营养状况。

能量	1002.47	锌	8.40	烟酸	4.90
蛋白质	35.07	硒	17.50	维生素C	49.00
脂肪	36.19	视黄醇当量	420.07	磷	350.05
碳水化合物	134.12	维生素E	4.20	钾	1050.15
钙	560.07	维生素B1	0.49	钠	630.07
镁	8.40	维生素B2	0.49	铜	0.70

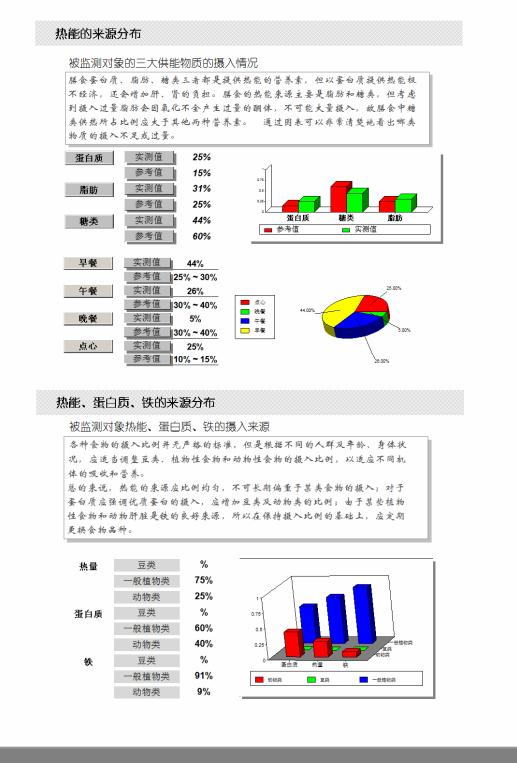
单位：热量(kcal) 蛋白质(g) 脂肪(g) 碳水化合物(g) 视黄醇当量(mg) 钙(mg) 镁(mg) 锌(mg) 硒(mg) 维生素C(mg) 磷(mg) 钾(mg) 钠(mg) 铜(mg) 钟(mg)

## 被监测对象平均每日各种营养素的摄入量

通过对被监测对象所食用的各种食物摄入量的测算，参照食物的营养价值含量标准，计算得出平均每天通过各种食物所摄入的各种营养素的含量，进而汇总出被监测对象平均每天各种营养素的摄入量。参照上面的摄入量标准，可以分析营养素的摄入质量，确定哪种营养素的摄入出现了问题。

能量	1875.00	锌	18.65	烟酸	49.91
蛋白质	105.04	硒	145.94	维生素C	34.95
脂肪	57.00	视黄醇当量	1125.11	磷	2019.59
碳水化合物	185.46	维生素E	21.66	钾	3762.87
钙	445.12	维生素B1	0.72	钠	1118.06
镁	98.78	维生素B2	1.83	铜	17.02

(红色：过量 绿色：不足 黑色：正常)

项目：营养配餐（一周）  
对象：小太阳幼儿园  
营养师：周玲  
时间：2011-09-18

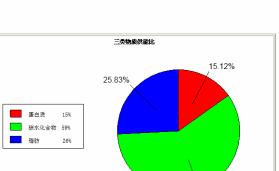
Page 1 of 2

营养标准：根据分析对象的基本信息  
计算被分析对象的营养需求及其所应摄入的各种营养素的参考标准

能量(kcal)	1002.47	脂肪(g)	36.19
蛋白质(g)	35.07	碳水化合物(g)	134.12
钙(mg)	560.07	视黄醇当量(mg)	420.07
镁(mg)	8.40	维生素B1(mg)	0.49
锌(mg)	8.40	维生素B2(mg)	0.49
硒(mg)	17.50	维生素E(mg)	45.00
磷(mg)	350.05	维生素K(mg)	1.20
钾(mg)	1050.15	烟酸(mg)	4.90
钠(mg)	630.07	镁(mg)	0.70

能量(kcal)	944.00	脂肪(g)	27.09
蛋白质(g)	35.56	碳水化合物(g)	139.49
钙(mg)	250.38	视黄醇当量(ug)	365.75
镁(mg)	19.69	维生素B1(mg)	0.35
锌(mg)	4.91	维生素B2(mg)	0.54
硒(ug)	36.79	维生素C(mg)	51.13
磷(ug)	475.69	维生素E(mg)	15.03
钾(ug)	900.59	烟酸(mg)	7.40
钠(ug)	538.32	镁(mg)	4.00

三类物质的功能比：分析计算配餐的热能来源（蛋白质、脂肪、碳水化合物的能量供给比例）



菜谱列表					
菜谱名称		类别	重量(克)		
早餐	热干面	面点主食	151.3		
	能量(kcal)	230.0	视黄醇当量	0.0	
	蛋白质(g)	6.4	维生素B1(mg)	0.0	
	脂肪(g)	3.6	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	101.4	维生素C(mg)	0.0	
	铁(mg)	4.2	维生素E(mg)	0.4	
	锌(mg)	0.0	硒(ug)	9.0	
			铜(mg)	0.4	
	热干面		151.3		
早餐	葡萄干土豆泥	素菜类	135.2		
	能量(kcal)	161.0	视黄醇当量	5.2	
	蛋白质(g)	2.6	维生素B1(mg)	0.1	
	脂肪(g)	0.4	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	17.8	维生素C(mg)	29.2	
	铁(mg)	2.5	维生素E(mg)	0.4	
	锌(mg)	0.4	硒(ug)	1.3	
			铜(mg)	0.2	
	蜂蜜		6.6		
	土豆		110.8		
	葡萄干		17.7		
早餐	小豆粥	粥,饮品类	113.1		
	能量(kcal)	69.0	视黄醇当量	0.0	
	蛋白质(g)	1.4	维生素B1(mg)	0.0	
	脂肪(g)	0.5	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	14.7	维生素C(mg)	0.0	
	铁(mg)	0.7	维生素E(mg)	0.2	
	锌(mg)	0.4	硒(ug)	0.6	
			铜(mg)	0.0	
	小豆粥		113.1		
	周小雨				

菜谱列表					
菜谱名称		类别	重量(克)		
早加餐	江米条	点心类	13.8		
	能量(kcal)	60.4	视黄醇当量	0.0	
	蛋白质(g)	0.8	维生素B1(mg)	0.0	
	脂肪(g)	1.6	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	4.5	维生素C(mg)	0.0	
	铁(mg)	0.3	维生素E(mg)	2.0	
	锌(mg)	0.1	硒(ug)	0.9	
			铜(mg)	0.0	
	江米条		13.8		
早加餐	豆腐花	粥,饮品类	27.2		
	能量(kcal)	109.2	视黄醇当量	11.4	
	蛋白质(g)	2.7	维生素B1(mg)	0.0	
	脂肪(g)	0.7	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	47.7	维生素C(mg)	0.0	
	铁(mg)	0.9	维生素E(mg)	1.4	
	锌(mg)	0.2	硒(ug)	0.5	
			铜(mg)	0.1	
	豆腐花		27.2		
早加餐	柠檬	水果类	261.4		
	能量(kcal)	60.4	视黄醇当量	0.0	
	蛋白质(g)	1.9	维生素B1(mg)	0.1	
	脂肪(g)	2.1	维生素B2(mg)	0.0	
	钙(mg)	174.2	维生素C(mg)	37.9	
	铁(mg)	1.4	维生素E(mg)	2.0	
	锌(mg)	1.1	硒(ug)	0.9	
			铜(mg)	0.2	
	柠檬		261.4		
午餐	三鲜馅包子	面点主食	135.4		
	能量(kcal)	345.0	视黄醇当量	28.3	
	蛋白质(g)	15.5	维生素B1(mg)	0.2	
	脂肪(g)	14.8	维生素B2(mg)	0.1	
	钙(mg)	88.3	维生素C(mg)	2.6	
	铁(mg)	3.5	维生素E(mg)	1.1	
	锌(mg)	1.7	硒(ug)	17.1	
			铜(mg)	0.4	
	酱油		1.2		
	海米		12.2		
	周小雨				

食谱对各种营养素的贡献比例																											
能量	蛋白质	脂肪	糖类	钙	铁	锌	硒	碘	镁	钾	钠	VBl	Vb2														
早餐 热干面	10.0%	6.8%	6.0%	12.0%	15.5%	14.5%	0.0%	13.4%	6.8%	2.1%	16.5%	15.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%				
葡萄干土豆泥	7.0%	2.7%	0.7%	10.2%	2.7%	8.7%	2.8%	1.9%	4.5%	15.8%	0.4%	7.8%	7.4%	4.0%	19.4%	1.8%	4.5%	1.1%									
小豆粥	3.0%	1.5%	0.8%	4.1%	2.2%	2.3%	2.5%	0.8%	1.2%	1.5%	4.6%	4.6%	1.2%	0.0%	0.0%	0.0%	1.1%	0.0%	0.0%								
早加餐 江米条	2.0%	0.0%	2.9%	3.0%	0.7%	1.2%	0.0%	1.0%	0.0%	0.5%	0.4%	0.9%	1.7%	0.4%	0.0%	10.0%	1.3%	0.0%									
豆腐花	4.7%	2.9%	1.3%	6.4%	7.3%	3.1%	1.4%	0.7%	2.0%	2.7%	0.0%	2.8%	0.4%	0.8%	0.0%	6.9%	0.4%	2.5%									
柠檬	2.6%	2.0%	3.8%	2.4%	26.6%	4.8%	7.5%	1.3%	2.9%	2.9%	10.7%	0.1%	8.5%	5.3%	2.6%	25.3%	10.0%	4.1%	0.0%								
午餐 三鲜馅包子	15.0%	16.6%	26.9%	10.5%	13.5%	12.1%	11.7%	25.4%	15.7%	7.0%	45.2%	16.2%	11.1%	10.7%	1.7%	5.4%	11.6%	6.1%									
烧胡萝卜丸子	5.2%	2.7%	3.0%	6.4%	1.8%	4.7%	3.5%	1.9%	3.5%	1.6%	7.0%	3.8%	4.1%	1.5%	0.0%	6.0%	1.8%	0.0%									
木须肉	5.3%	16.3%	10.2%	0.7%	3.6%	11.2%	14.9%	12.3%	12.0%	7.4%	7.3%	3.7%	25.4%	12.7%	1.9%	9.5%	13.7%	12.8%									
珍珠奶茶	4.5%	12.3%	8.7%	1.0%	2.1%	3.6%	4.2%	11.8%	11.0%	7.9%	3.7%	2.0%	3.8%	13.6%	0.0%	3.7%	18.5%	11.4%									
午加餐 莴苣蛋卷	2.6%	2.8%	7.0%	1.1%	0.7%	1.6%	1.8%	2.5%	2.0%	0.9%	5.6%	0.8%	2.5%	3.4%	0.0%	5.7%	2.8%	6.8%									
雪梨地冰糖	4.8%	0.1%	0.1%	7.6%	1.2%	1.5%	0.4%	0.1%	0.2%	1.2%	0.1%	2.3%	0.0%	0.0%	1.3%	0.3%	0.5%	0.0%									
橙子	2.6%	1.1%	0.5%	3.8%	3.9%	1.8%	1.2%	0.6%	2.2%	6.1%	0.1%	1.3%	4.7%	5.1%	28.2%	3.6%	1.5%	7.5%									
晚餐 紫米饭	10.0%	5.5%	1.9%	14.0%	1.5%	9.2%	8.8%	2.7%	8.8%	4.6%	0.2%	7.1%	13.3%	7.5%	0.1%	4.2%	9.9%	0.0%									
烧丝瓜	3.5%	3.2%	7.2%	2.3%	4.7%	3.5%	4.8%	4.4%	6.5%	7.4%	1.8%	6.5%	2.0%	11.8%	7.5%	6.6%	6.6%	6.8%									
锅仔牛肉	3.5%	11.5%	3.7%	1.3%	2.0%	6.2%	12.4%	6.5%	7.8%	4.9%	2.6%	3.3%	3.1%	9.6%	1.1%	2.5%	12.0%	12.5%									
肉丝鸡蛋汤	3.0%	8.0%	7.1%	0.3%	3.5%	5.3%	7.3%	7.7%	6.3%	3.6%	2.6%	1.9%	11.0%	8.9%	2.7%	4.8%	6.0%	21.1%									
晚加餐 蛋挞	2.6%	0.7%	5.9%	2.0%	0.5%	0.7%	0.5%	0.9%	0.6%	0.2%	0.1%	0.6%	0.8%	0.7%	0.0%	0.7%	0.4%	0.8%									

营养素含量			
能量(kcal)	2298.00	脂肪(g)	54.79
蛋白质(g)	93.28	糖类(g)	358.65
钙(mg)	654.05	视黄醇当量	465.33
铁(mg)	29.15	维生素B1(mg)	1.47
锌(mg)	14.95	维生素B2(mg)	1.02
硒(ug)	67.33	维生素C(mg)	150.26
磷(mg)	1291.93	维生素E(mg)	19.63
钾(mg)	3375.48	烟酸(mg)	25.58
钠(mg)	1524.41	铜(mg)	2.77

# 系统运行要求

硬件：电脑、彩色喷墨打印机（选配）

软件：windows2000 以上操作系统

膳食分析与营养评价系统  
(营养师版)



智能营养配餐系统



营养专家系统（通用版）



## 相关产品

营养监测系统（孕妇版）

营养监测系统（儿童版）

营养专家系统（妇科版）

营养专家系统（儿科版）

幼儿园营养保健系统

营养咨询系统

食品安全咨询系统

学校食品安全监测系统

# 关于王士软件

王士营养软件研究中心是一家专业的营养监测软件研究机构，多年来一致致力于营养监测、营养咨询、食品安全系统的研究和营养监测等营养软件系统的开发。王士营养软件研究中心聚集了大学的高级人才，拥有一支高素质团队，技术力量雄厚。下设行政部、市场部、企划部、研发部、测试部、技术支持部。

目前的主要产品有：营养监测系统、营养专家系统、膳食分析与营养评价系统、智能营养配餐系统、营养咨询系统、食品安全监测系统等，并且均已获得河南省首批软件产品的认证。本中心的软件产品使用范围涵盖妇幼保健、临床营养、营养师培训、家庭营养评价、酒店膳食管理、学校食品安全监测等领域，营养监测系统依然是我公司的拳头产品，目前在国内尚未有能与之竞争的产品。

**地址：**郑州市中原东路 78 号

**邮编：**450052

**电话：**0371-65522939 13838266699（咨询热线）

**传真：**0371-65522939

**官方网址：**<http://www.wangssoft.com>

**购买指南：**<http://www.wangssoft.com/buyat.html>

**官方电邮：**[sales@wangsoft.com](mailto:sales@wangsoft.com)

© 版权所有 2005-2011 王士营养软件研究中心

作为专业的营养软件制造商，王士软件依托营养监测研究中心雄厚的科研力量，为医院和个人提供了一系列专业的营养软件，功能涵盖营养测算、营养监测、营养咨询等。

**营养学会营养推广解决方案**

王士软件

Wang's software

<http://www.wangssoft.com>

E\_mail:support@wangssoft.com