

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ СУТОЧНЫЕ НАБОРЫ
ПРОДУКТОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
(г,мл, НА 1 РЕБЕНКА /СУТКИ)**

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	В г, мл, брутто		В г, мл, нетто	
	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
1	2	3	4	5
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	390	450	390	450
Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5 %	30	40	30	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11	9	11
Сыр твердый	4,3	6,4	4	6
Мясо (бескостное/на кости)	55/68	60.5/75	50	55
Птица (куры 1 кат.потр./цыплята-бройл. 1 кат.потр./индейка 1 кат.потр.)	23/23/22	27/27/26	20	24
/Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	34	39	32	37
Колбасные изделия	—	7	—	6,9
Яйцо куриное столовое	0,5шт	0,6шт	20	24
Картофель: с 01.09 по 31.10	160	187	120	140
с 31.10 по 31.12	172	200	120	140
с 31.12 по 28.02	185	215	120	140
с 29.02 по 01.09	200	234	120	140
Овощи, зелень	256	325	205	260
Фрукты (плоды) свежие	108	114	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100	100	100

Напитки витаминизированные (готовый напиток)	—	50	—	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	40	50
Хлеб пшеничный или зерновой	60	80	60	80
Крупы (злаки) , бобовые	30	43	30	43
Макаронные изделия	8	12	8	12
Мука пшеничная хлебопекарная	25	29	25	29
Масло коровье сладкосливочное	18	21	18	21
Масло растительное	9	11	9	11
Кондитерские изделия	7	20	7	20
Чай , включая фиточай	0,5	0,6	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6	0,5	0,6
Кофейный напиток	1,0	1,2	1,0	1,2
Сахар	37	47	37	47
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5	0,4	0,5
Мука картофельная (крахмал)	2	3	2	3
Соль пищевая поваренная	4	6	4	6
Хим.состав (без учета т/о)				
Белок,гр.			59	73
Жир,гр.			56	69
Углеводы,гр.			215	275
Энергетическая ценность, ккал.			1560	1963