

Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях (г, мл, на 1 ребенка в сутки)

исп. литература: МР 2.4.5.0107-15, таблица 3.

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста, г,мл, нетто			
	1 - 3 года	3 - 7 лет	1 - 3 года	3 - 7 лет
	СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ		С 12 ЧАС. ПРЕБ.85%	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный, пшеничный, ржаной)	100	130	85	111
Мука пшеничная	25	29	21	25
Крупы (злаки), бобовые	30	43	26	37
Макаронные изделия	8	12	7	10
Картофель	120	140	102	119
Овощи, зелень (в т.ч. сезонные)	205	260	174	221
Фрукты (плоды свежие)	95	100	80	85
Фрукты сухие	9	11	8	9
Соки (фруктовые, овощные)	100	100	85	85
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50	#ЗНАЧ!	43
Мясо (говядина, нежирная свинина, баранина и др.)	50	55	43	47
Мясо птицы <*>	20	24	17	20
Рыба, в т.ч. сельдь слабосоленая	32	37	27	31
Колбасные изделия <***>	-	7	#ЗНАЧ!	6
Молоко и кисломолочные напитки (не ниже 2,5% жирности)	390	450	330	380
Творог (5 - 9% жирности)	30	40	26	34
Сыр	4,3	6,4	4,3	6,4
Сметана (10 - 15% жирности)	9	11	8	9
Масло сливочное	18	21	15	18
Масло растительное (подсолнечное, кукурузное, соевое)	9	11	9	11
Яйцо (не ниже 1 категории)	20	24	20	24
Сахар <***>	30	35	26	30
Кондитерские изделия	7	10	6	9
Чай	0,5	0,6	0,5	0,6
Какао	0,5	0,6	0,5	0,6
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5	0,4	0,5
Кофейный напиток	1	1,2	1,0	1,2
Мука картофельная (крахмал)	2	3	2,0	3,0
Соль	4	6	4,0	6,0

<*> Возможна замена на мясо других видов животных в эквивалентных количествах.

<***> Не являются обязательными продуктами для питания детей.

<****> В том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.), выдача сахара должна быть уменьшена в соответствии с его количеством, поступающим в составе используемого готового продукта.

В сравнении с санитарными правилами сокращена норма сахара на 7/12грамм, кондитерские изделия на10г

ЗАВТРАК - 25%, ОБЕД- 30%, ПОЛДНИК- 10%, УЖИН- 20%.