

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, нетто	
	1-3 года	3-7 лет
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	390	450
Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%	30	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11
Сыр твердый	4	6
Мясо (бескостное/ на кости)	50	55
Птица (куры 1 кат потр./цыплята-бройлеры 1 кат потр./индейка 1 кат потр.)	20	24
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	32	37
Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	25
Яйцо куриное столовое	1 шт	1 шт
Картофель: с 01.09 по 31.10	120	140
с 31.10 по 31.12	120	140
с 31.12 по 28.02	120	140
с 29.02 по 01.09	120	140
Овощи, зелень	180	220
Фрукты (плоды) свежие	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	60	80

Крупы (злаки), бобовые	30	43
Макаронные изделия	8	12
Мука пшеничная хлебопекарная	25	29
Масло коровье сладкосливочное	18	21
Масло растительное	9	11
Кондитерские изделия	12	20
Чай, включая фиточай	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6
Кофейный напиток	1,0	1,2
Сахар	25	30
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5
Мука картофельная (крахмал)	2	3
Соль пищевая поваренная	3	5
Хим состав (без учета т/о)		
Белок, г	42	54
Жир, г	47	60
Углеводы, г	203	261
Энергетическая ценность, ккал	1400	1800

