

Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в ДОО
(г,мл, на 1-го ребёнка в сутки)

Наименование пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	В гр,мл, брутто		В гр,мл, нетто	
	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Молоко и кисл.мол.продукты не ниже 2,5%	390	450	390	450
Творог и творожн.изделия не менее5%	30	40	30	40
Сметана не более 15% жирн.	9	11	9	11
Сыр твёрдый	4,3	6,4	4	6
Субпродукты			20	25
Мясо (бескостное /на кости)	55/68	60,5/75	50	55
Птица (куры 1кат..потр./цыпл-бройл 1 кат.потр).	23/22/22	27/27/26	20	24
Рыба филе в т.ч. филе слабо или малосолёное	34	39	32	37
Колбасные изделия	-	7	-	6,9
Яйцо куриное столовое(шт)	1	1	1	1
Картофель с 1,09 по 31.10,31.10 по31.12,31.12 по28,02	160/172/185	187/200/215	120/120/120	140/140/140
Овощи ,зелень	256	320	180	220
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	
Какао порошок	0,5	0,6	0,5	0,6
Кофейный напиток	1	1,2	1	1,2
Сахар	25	30	25	30
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5	0,4	0,5
Мука картофельная(крахмал)	2	3	2	3
Соль пищевая поваренная	4	6	4	6
Химический состав (без учёта т/о)				
Белок,г			59	73
Жир,г			56	69
Углеводы			215	275
Энергетическая ценность,ккал			1560	1963