

Рекомендуемые среднесуточные нормы питания

в дошкольных организациях

| Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов | Количество продуктов в зависимости от возраста детей | |
|---|---|---------------------------|
| | в г, мл, брутто ² 3—7 лет | в г, мл, нетто 3—7 лет |
| 1 | 2 | 3 |
| Молоко с м.д.ж. 2,5—3,2%, в том числе кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5— 3,2% ³ | 450 | 450 |
| Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и ки- слотностью не более 150 °Т | 40 | 40 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 11 | 11 |
| Сыр неострых сортов твердый и мягкий | 6,4 | 6 |
| Мясо (говядина 1 кат. бескостная/говядина 1 кат. на костях) ⁴ | 60,5/75 | 55 |
| Птица (куры 1 кат. потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат потр.) ⁴ | 27/27/26 | 24 |
| Рыба (филе), в том числе филе слабо-или малосоленое ⁴ | 39 | 37 |
| Колбасные изделия для питания дошкольников | 7 | 6,9 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,6 шт. | 24 |
| Картофель: с 01.09 по 31.10 | 187 | 140 |
| с 31.10 по 31.12 | 200 | 140 |
| с 31.12 по 28.02 | 215 | 140 |
| с 29.02 по 01.09 | 234 | 140 |
| Овощи, зелень ⁴ | 325 | 260 |
| Фрукты (плоды) свежие ⁴ | 114 | 100 |
| Фрукты (плоды) сухие | 11 | 11 |

| | | |
|---|-----|-----|
| Соки фруктовые (овощные) | 100 | 100 |
| Напитки | | |
| витаминизированные (готовый напиток) | 50 | 50 |
| Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 50 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 100 | 100 |
| Крупы (злаки), бобовые | 43 | 43 |
| Макаронные изделия группы А | 12 | 12 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 29 | 29 |
| Мука картофельная (крахмал) со | | 3 |
| | | |
| Масло коровье сладкосливочное | 26 | 26 |
| Масло растительное | 11 | 11 |
| Кондитерские изделия | 20 | 20 |
| Чай, включая фиточай | 0,6 | 0,6 |
| Какао-порошок | 0,6 | 0,6 |
| Кофейный напиток злаковый (суррогатный), в том числе из цикория | 1,2 | 1,2 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0,5 | 0,5 |
| Сахар ⁵ | 47 | 47 |
| Соль пищевая поваренная | 6 | 6 |

¹ Допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания $\pm 5\%$,

², В случае поступления новых видов пищевых продуктов, в том числе и импортных товаров, или в случае поступления нестандартного сырья, нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья определяются дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок.

³ Доля кисломолочных продуктов должна составлять 135—150 мл для детей в возрасте 1—3 года и 150—180 мл — для детей 3—7 лет.

⁴ При использовании другого сырья необходимо делать перерасчет. Масса брутто может меняться в зависимости от исходного сырья и сезона года. При формировании меню необходимо обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

⁵ 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.